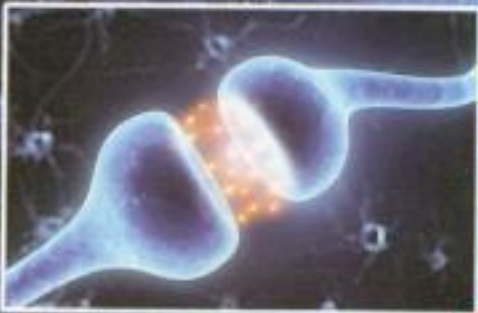


روحانی ڈائجسٹ

مئی ۲۰۱۵ء

بچہ بچہ کے کھانے کا لالچ
اور بچہ بچہ کے کھانے کا لالچ



موت کے بعد زندگی کے سائنسی ثبوت...
انسانی شعور موت کے بعد بھی کائنات میں موجود
رہتا ہے...

کوانٹم فزکس انسان کے باطن کی تلاش میں....

روحانی ڈائجسٹ

مئی ۲۰۱۵ء



اس QR Code کو اپنے اسمارٹ فون سے Scan کیجیے
اور براہ راست روحانی ڈائجسٹ کی ویب سائٹ پر آئیے۔
www.rooahanidigest.net

قیمت 80 روپے

روح افزا



اور کیا چاہیے!



www.urdutube.net www.bookstube.net www.urdumovies.net

Roohafza



جلد: 37 شماره: 6

مئی 2015ء / رجب 1436ھ

فی شماره: 80 روپے

ماہنامہ روحانی ڈائجسٹ

ممبر: آل پاکستان نیوز پیپر سوسائٹی

سالانہ خریداری کی شرح

پاکستان (بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک) : سالانہ 850 روپے
بیرون پاکستان کے لیے : سالانہ 70 امریکی ڈالر

خط کتابت کا پتہ

1/7-D، 1، ناظم آباد کراچی 74600

پوسٹ بکس 2213

فون نمبر: 021-36685469

فیکس: 021-36606329

ای میل / فیس بک / ویب سائٹ

roohanidigest@yahoo.com

digest.roohani@gmail.com

facebook.com/roohanidigest

www.roohanidigest.net

سرپرست اعلیٰ

ابداً الْحَيُّ قَلْبُهُ رَبُّنَا اَوَّلُ الْوَحْدَانِ

چیف ایڈیٹر

خواجہ شمس الدین عظیمی

نیٹنگ ایڈیٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

پہا ایچ۔ ڈی۔ ایڈیٹر نیوز

اعزازی معاون

سہیل احمد

پبلشر، پرنٹر، ایڈیٹر: ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، طابع: روحانی ڈائجسٹ پرنٹر

مقام اشاعت: 1/7-D، 1، ناظم آباد کراچی 74600

59



روح کا جستجو



روح کا جستجو

17



23



67



اس ماہ بطور خاص.....

روح کا جستجو

برصغیر میں لیلیٰ مجنوں، شیریں فرہاد، میر راجھاکا
داستانیں زبان زد عام ہیں اسی طرح ”میر لیلین“ کی
کہانی اسکاٹ لینڈ کی مشہور لوک داستانوں میں سے ایک
ہے۔ تین سو پچاس برس گزر جانے کے باوجود بھی یہ کہانی
اسکاٹ لینڈ میں ہر خاص و عام کو یاد ہے۔

59.....❖❖❖

توابع یا گناہ

معاشرے کی بے انصافیوں میں جکڑے ہوئے
ایماندار اور محنتی نوجوان کا دردناک قصہ۔

67.....❖❖❖

عقل حیران ہے، سائنس خاموش ہے.....

ناشر ڈیمس۔ وہ شخص جو آنے والا کل و کچھ سکتا تھا۔

سولہویں صدی میں کئی کئی حیران کن پیشین گوئیاں

39.....❖❖❖

زمان و مکان کے تانے بانے میں... روح کی تلاش

موت کے بعد زندگی کے سائنسی ثبوت
انسانی شعور موت کے بعد بھی کائنات میں موجود رہتا ہے۔
کو انٹیم فزکس انسان کے باطنی وجود کی تلاش میں.....

ابن وصی.....15

ہم کون ہیں....؟

ان قوموں سے سبق لیا جائے جو اپنی شناخت پر فخر کرتی ہیں۔

29.....❖❖❖

غلط زبان گو ارا، بد تہذیب زبان نامنظور

اردو کسی زبان کا نام نہیں، اردو ایک تہذیب کا نام ہے۔

32.....❖❖❖

ماسٹر فلٹیس

مغربی دنیا میں ماسٹر فلٹیس کی ٹیکس کو بہت تیزی سے
عملی زندگی میں اپنایا جا رہا ہے۔

23.....❖❖❖

- نور الہی نور نبوت.... اللہ اور اس کے رسول کا فرمان.... خواجہ شمس الدین عظیمی 08....
 صدائے جرس.... انسانی زندگی مادی جسم کے فنا ہونے کے بعد ختم نہیں ہوتی۔ خواجہ شمس الدین عظیمی 09....
 حق الیقین.... یقین و توکل اور استغنا کرنے والوں کو کچی خوشی اور اطمینان حاصل ہوتا ہے۔ ڈاکٹر و قاریوسف عظیمی 11....

51



کیا آپ یقین کریں گے کہ سینکڑوں کلوزڈ فی ہتھ پائی پر تیر سکتا ہے...؟ یقین
 یہ حقیقت ہے یہ کوئی کرامت نہیں بلکہ قدرت کا ایک عجوبہ ہے۔

- جراثیم.... مصیبت یہ تھی کہ میں جہاں بھی نظر ڈالتا تو مجھے جراثیم کی صورت میں موت نظر آتی.... گل نوخیز اختر 35....

جیلانی بانو.... 75



83

گور بخش سنگھ....

- جستی جاستی زندگی.... زندگی کا ایک رش یہ بھی ہے۔ آپ بقی کہانیوں پر مشتمل سلسلہ... 99....
 دوران ملازمت مسائل کو فہم و فراست سے دور کریں... حشر شہزاد.... 107....



111

بچے خوش رہیں کیوں ہوتے ہیں.... 72....
 بچپن کے کسی واقعے کے انسان پر گہرے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

- تھوڑی سی سمجھداری سے ماسی بھوکا رشتہ مثالی ہو سکتا ہے.... راشدہ علی.... 115....
 تھائی رائیڈ گینڈ بچوں کی صلاحیت پر اثر انداز ہوتے ہیں.... راشدہ عفت میموریل کینن فارمیشن.... 125....
 پلاسٹک کی اشیاء کا محفوظ استعمال.... غیر معیاری پلاسٹک ماحولیاتی آلودگی کا سبب.... سارہ اسد.... 127....



55
 علی الامین

یہ ہے پاکستان



179

89



پارس

دلچسپ خبریں، حیرت انگیز واقعات اور ایجابات... سکھ مذہب کا مقدس ترین مقام.... ایک لڑکی کی کہانی جسے روحانی راہوں پر چلنا تھا...



151

بالوں کی چمک اور مضبوطی برقرار رکھنے کے لیے چند کارآمد نسخے۔

ور خشاں مقصود.... 151

محمد عمران مغل.... 135

رابعہ امین.... 139

ردا حبیب آباد.... 147

بلوغت کا تازک اور حساس دور.... تربیت اولاد....

دار چینی.... ذائقہ بھی، علاج بھی....

کسیرا.... ایک منفرد سہزی.....



131

فینشن سے مراد وہ حالت ہے جب کسی کو کسی مسئلے کا حل نہ مل رہا ہو۔ جس کے باعث اس کے اندر مایوسی اور ناامیدی کے جذبات پروان چڑھنے لگتے ہیں۔ کشور کنول.... 131

طبعی مشورے.... برص کی علامات اور علاج..... حکیم عادل اسماعیل.... 153

کھر کا معالج.... بے مساکل جن کا حل ہمارے ہن میں موجود ہے.... ❖❖❖.... 155

اشرف باجی کے ٹوٹے.... روضہ زندگی میں کام آنے والے گھریلو نسخے.... اشرف سلطانہ.... 157

کیفیات مراقبہ.... مراقبہ کے دوران مختلف کیفیات کا احوال.... ❖❖❖.... 163

143

دہی کھانوں کو لذت دینے کے علاوہ بے شمار غذائیت کا بھی حامل ہے۔ دہی ہاضم ہونے کے باعث کھانوں کو ہضم کرنے میں معاون ہے۔ شائستہ سلیم.... 143

خطبات عظمیٰ.... دنیا میں ایسا کوئی علم نہیں جس کی بنیاد میں تحقیق و تلاش موجود نہ ہو.... ❖❖❖.... 166

قرآنی انسائیکلو پیڈیا.... قرآنی الفاظ کی تشریحات.... ❖❖❖.... 169

روحانی سوال و جواب.... روحانی سائنس سے متعلق سوالات کے جوابات.... خواجہ شمس الدین عظیمی.... 171

بچوں کا روحانی ڈائجسٹ.... بچوں کے لیے کہانیاں، لطیفے اور پسینیاں.... نبیل عباسی.... 183

روحانی ڈاک.... آپ کے مسائل کا حل ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کے قلم سے.... ❖❖❖.... 199

173

رضائی
رابعہ کبیرا

قطرے سے گہر ہونے تک



117

صحت مند زندگی

بچپن میں قلم و حروف سے منتخب تحریر

زندگی میں بہتری لانے کا علم

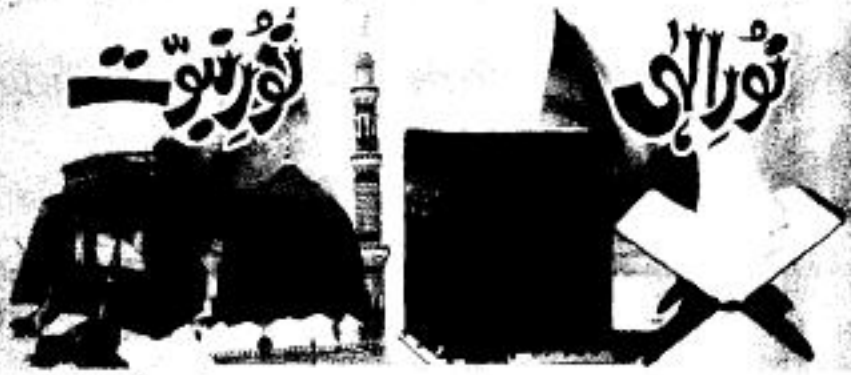
جسم کے معائنات



دل

159

انسانی جسم کی کہانی اس کی لہجہ زبانی



مومن تو وہ ہے، جب خدا کا ذکر کیا جاتا ہے تو ان کے دل ڈر جاتے ہیں اور جب انہیں اسکی آیتیں پڑھ کر سنائی جاتی ہیں تو ان کا ایمان اور بڑھ جاتا ہے اور وہ اپنے پروردگار پر توکل رکھتے ہیں۔ (سورۃ انفال: 2)

اگر خدا تمہارا مددگار ہے تو تم پر کوئی غالب نہیں آسکتا اور اگر وہ تمہیں چھوڑ دے تو پھر کون ہے کہ تمہاری مدد کرے؟ اور مومنوں کو چاہیے کہ خدا ہی پر بھروسہ رکھیں۔ (سورۃ آل عمران: 160)

توکل یہ ہے کہ بندہ اپنے تمام معاملات اللہ کے سپرد کر دے، لیکن اس سے مراد یہ نہیں کہ کسی کام کے لیے جدوجہد اور کوشش نہ کی جائے اور چپ چاپ ہاتھ پر ہاتھ دھرے بیٹھ رہا جائے۔ یہ خوش گمانی پال لی جائے کہ اللہ کو جو کچھ کرنا ہے وہ خود کر دے گا۔ یہ الفاظ دیگر مقدر میں جو کچھ ہے وہ ہو کر رہے گا۔ ایسا کہ توکل کے سراسر منافی ہے۔ دراصل توکل نام ہے کسی کام کو پورے ارادہ و عزم اور کوشش و تدبیر کے ساتھ انجام دینے اور یہ یقین و اعتماد دل میں نہاں رکھنے کا کہ اگر اس کام میں خیر و برکت اور جہلائی ہے تو اللہ تعالیٰ اس میں ضرورتی کامیابی عطا فرمائے گا۔ اللہ تعالیٰ قرآن میں فرماتے ہیں کہ ”اور آپس میں کام کا مشورہ کرو اور جب (کسی کام کا) عزم مصمم کر لو تو خدا پر توکل رکھو بیشک خدا توکل رکھنے والوں کو دوست رکھتا ہے۔“ (سورۃ آل عمران: 159)

توکل اختیار کرتے وقت رسول اللہ کے فرمان کو پیش نظر رکھنا چاہیے کہ ”اونٹ کو اکیلا جانے کے لیے گھٹنا باندھ کر توکل پر چھوڑ دو اور ایسے موقعوں پر ممکن العمل تدبیر اختیار کرنے سے درگزر نہ کرو۔“ (سنن ترمذی)

تمام انبیائے کرام علیہم السلام کا ذہن یہی تھا کہ وہ ہر معاملے میں اللہ پر بھروسہ کرتے تھے اور ہر آزمائش میں ثابت قدم رہتے تھے۔ انبیائے کرام علیہم السلام جب کسی چیز کے متعلق سوچتے تو اس چیز کے اور اپنے درمیان کوئی رشتہ براہ راست قائم نہیں کرتے تھے۔ ہمیشہ ان کی طرز فکر یہ ہوتی تھی کہ کائنات کی تمام چیزوں کا اور ہمارا مالک اللہ تعالیٰ ہے.... جب ان کی یہ طرز فکر ہوتی تھی تو ان کے ذہن کی ہر حرکت میں پہلے اللہ کا احساس ہوتا تھا۔ اللہ تعالیٰ ہی بحیثیت محسوس کے ان کا مخاطب اور مد نظر قرار پاتا تھا.... قانون کی رو سے اللہ تعالیٰ کی صفات ہی ان کا احساس بنتی تھی.... اور ان کا ذہن اللہ تعالیٰ کی صفات کا قائم مقام بن جاتا تھا۔

رسول اللہ ﷺ کا ارشاد گرامی ہے: ”اگر تم لوگ اللہ پر یقین کے ساتھ توکل کرو (جس طرح توکل کرنے کا حق ہے) وہ تمہیں اسی طرح روزی دیتا ہے جیسے پرندوں کو روزی دیتا ہے کہ وہ صبح جب روزی کی تلاش میں نکلتے ہیں تو ان کے پیٹ خالی ہوتے ہیں اور شام کو جب اپنے گھونسلے میں واپس آتے ہیں تو ان کے پیٹ بھرے ہوتے ہیں۔“ (جامع ترمذی ابن ماجہ، مسند احمد)

مذہبِ حری



دن، ہفت ماہ و سال پر محیط جس زمانی وقفے کو زندگی کا نام دیا جاتا ہے اس کا تعلق دراصل مادی مظاہر سے ہے۔ جب یہ مادی وسائل مفقود ہو جاتے ہیں اور ہنستا بولا، چلتا پھرتا گوشت پوست کا ہتکاساکت و بے حس ہو جاتا ہے اور زندگی کے آثار ختم ہو جاتے ہیں تو ہم اسے مردہ قرار دے دیتے ہیں حالانکہ اس مردہ جسم میں ہر عضو موجود ہے جو مرنے سے پہلے جسم میں موجود تھا۔ دل، دماغ، پچھچھڑے، گردے، خون ہونے کے باوجود جسم میں حرکت باقی نہیں رہتی۔ اس حقیقت کے پیش نظر یہ ماننا پڑے گا کہ جسم میں ضرور کوئی تبدیلی ہوئی ہے جس کی وجہ سے جسم کے تقاضے ختم ہو گئے ہیں۔ انسان موت زیرت میں رہتا ہے۔ زیرت کو سمجھنے کیلئے ہمارے پاس وہ اعمال و افکار اور حرکات و سکنات ہیں جو ہم زندگی بھر کرتے رہتے ہیں۔ حرکت جسمانی وجود کے ساتھ ہوتی ہے اور ایک ایسی حالت بھی طاری ہوتی ہے کہ جسمانی وجود معطل ہو جاتا ہے لیکن حرکات و سکنات اپنی پوری رعنائیوں کے ساتھ قائم رہتی ہیں۔

انسانی زندگی کا دار و مدار محض اور محض اطلاع یا خیال کے اوپر ہے۔ ہم جب زندگی میں کام کرنے والے تقاضوں کا تجزیہ کرتے ہیں تو انکشاف ہوتا ہے کہ دراصل زندگی میں کام آنے والا ہر جذبہ ایک خبر یا اطلاع ہے۔ زندگی کا کوئی رخ ہو، صحت ہندی کا رخ ہو، بیماری کا ہو، پریشانی کا ہو، خوشی کا ہو، احساس کمتری یا احساس برتری کا رخ ہو۔ یہ تمام اعمال، تاثرات، جذبات وغیرہ خیالات کے تابع ہیں۔

کوئی بھی اطلاع یا کسی بھی شے کا علم یا وقت ہمیں لازمانیت سے موصول ہوتا ہے اور یہ ہی لازمانیت نت نئی اطلا میں زمانیت (وقت) کے اندر در سال کرتی رہتی ہیں۔ لازمانیت موجودات یا کائنات کی Base ہے۔ اگر ہم لازمانیت کو ایک نقطہ سے تشبیہ دیں تو اس طرح کہا جاسکتا ہے کہ نقطہ میں کائنات کا یکجائی پروگرام نقش ہے۔ لہروں کے ذریعہ اس نقطہ سے جب کائنات کا یکجائی پروگرام نشر ہوتا ہے تو انسان کے حافظہ سے ٹکراتا اور بکھرتا ہے، بکھرتے ہی ہر لہر مختلف شکلوں اور صورتوں میں غبی بولتی، چلتی پھرتی، گاتی بھاتی، تصویر بن جاتی ہے۔

انسانی زندگی کا دار و مدار اطلاع پر ہے۔ موت کے بعد بھی اطلاعات کا سلسلہ جاری رہتا ہے، مرنے کا مطلب یہ ہرگز نہیں ہے کہ آدمی کا وجود تحلیل ہو گیا یا آدمی بنیادی طور پر ختم ہو گیا۔ موت کا مطلب یہ ہے کہ انسانی جسم کا رشتہ روح سے منقطع ہو گیا۔ مرنے کا مفہوم یہ لیا جاتا ہے کہ آدمی ختم ہو گیا ہے، حالانکہ انتقال ہونے کا مطلب ختم ہونا

نہیں بلکہ ایک عالم سے دوسرے عالم میں منتقل ہو جاتا ہے۔ یعنی آدمی گوشت پوست کے جسم کو چھوڑ کر دوسرے عالم میں منتقل ہو گیا۔ لفظ مرنے کا ترجمہ بھی امر ہوتا ہے۔ کسی صاحب علم ہستی کا قول ہے کہ

”موت روشنی کو ختم کرنا نہیں ہے، یہ صرف چراغ کو بجھانا ہے کیونکہ صبح ہو گئی ہے۔“

انسان کی زندگی مادی جسم کے فنا ہونے کے بعد ختم نہیں ہوتی۔ آدمی جب مر جاتا ہے تو دراصل وہ غیب کی اس دنیا میں چلا جاتا ہے جہاں اس کے اوپر سے زمان اور مکاں کی پابندیاں ٹوٹ جاتی ہیں۔ انسانی روح موت کے بعد مادی جسم کو خیر باد کہہ کر روشنی کا بنا ہوا جسم اختیار کر لیتی ہے اور روشنی کے جسم کے ذریعے اس کی حرکات جاری رہتی ہیں۔ اس کی مثال خواب کی حالت ہے۔ خواب میں مادی حواس روشنی کی دنیا میں کام کرنے والے حواس سے مغلوب ہو جاتے ہیں لیکن ختم نہیں ہوتے۔ اس وقت ہماری کیفیات موت سے مشابہت رکھتی ہیں۔ لیکن جب مادی جسم کے حواس پر روشنی کے جسم کے حواس کا اس طرح غلبہ ہو جائے کہ مادی حواس کا روشنی کے حواس پر دوبارہ غالب آنا ممکن نہ ہو تو مادی جسم تعطل کا شکار ہو کر بیکار ہو جاتا ہے اسی کا نام موت ہے۔

اب ہم یوں کہیں گے کہ آدمی اس عارضی زندگی کو چھوڑ کر ایسے عالم میں چلا گیا ہے جہاں اسے دنیا سے زیادہ طویل عرصے تک رہنا ہے۔ مرنے کے بعد بھی آدمی ان جذبات و احساسات میں زندگی گزارتا ہے جن جذبات و احساسات میں اس دنیا میں زندگی گزار چکا ہے۔ فرق صرف اتنا ہے کہ یہ گوشت پوست کا جسم مٹی بن جاتا ہے اور روح اس گوشت پوست کے جسم کو چھوڑ کر عالم اعراف میں ایک اور نیا جسم بنا لیتی ہے۔

تجرباتی دنیا یہ ہے کہ انسان کہیں سے آتا ہے یعنی وہ پہلے سے کہیں موجود تھا جب وہاں کی موجودگی ختم ہوئی تو اس دنیا میں پیدا ہو گیا یعنی اس دنیا میں آنے سے پہلے اس پر موت وارد ہوئی، پہلے موت وارو ہوئی پھر پیدا ہوا۔ اس دنیا سے جانے کے بعد دوسری دنیا میں پیدا ہوا۔ اس کا منطقی استدلال یہ ہوا کہ اس دنیا میں آنے سے پہلے بھی ہم کہیں پیدا ہوئے تھے مٹی موت سے زندگی پیدا ہوئی اور زندگی سے موت پیدا ہوئی، اس کو اس طرح بھی کہا جاسکتا ہے کہ موت زندگی میں داخل ہوئی اور زندگی موت میں داخل ہو گئی۔ زندگی سے موت کا پیدا ہونا اور موت سے زندگی کا پیدا ہونا یا زندگی کا موت میں داخل ہو جانا اور موت کا زندگی میں داخل ہو جانے کا پروسس یہ ظاہر کرتا ہے کہ کوئی ایسی ہستی ہے جو اس پراسس کو جاری رکھے جوئے ہے اور بغیر کسی تبدیلی اور تعطل کے جاری رکھے ہوئے ہے۔

حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے: موتوقبل ان تصوتو ”مر جاؤ مرنے سے پہلے۔“ (مشکوٰۃ)

مر جاؤ مرنے سے پہلے کا مطلب یہ بھی ہے کہ اس زندگی میں رہتے ہوئے مرنے کے بعد کی زندگی سے واقفیت حاصل کر لو۔ جب کوئی بندہ مادی زندگی میں مرنے کے بعد کی زندگی سے آشنا ہو جاتا ہے تو غیب کی دنیا اس کے مشاہدے میں آ جاتی ہے، فکر انسانی میں ایسی روشنی موجد ہے جو کسی ظاہر کے باطن کا کسی حضور کے غیب کا مشاہدہ کر سکتی ہے۔ سیدنا حضور ﷺ کا ارشاد ہے: اتقوا فراسة المؤمن فانہ ينظر بنور اللہ

مومن کے فراست سے ڈرو کہ وہ اللہ کے نور سے دیکھتا ہے۔ (جامع ترمذی)

بالفاظ دیگر انسانی ذہن پر یہ بات منکشف ہو جاتی ہے کہ حیات کی ابتداء کہاں سے ہوئی ہے اور انتہا کہاں تک ہے۔ جب ہم ابتداء اور انتہا پر نظر کرتے ہیں تو منکشف ہوتا ہے کہ ہر ابتداء، انتہا تک پہنچنے کے لئے قائم ہے۔



ذہنی دباؤ، اسٹریس، ٹینشن اور ڈیپریشن انسانوں کے لیے کوئی نئے عارضے نہیں ہیں۔ آج سے سو سال، دو سو سال، پانچ سو سال پہلے بھی لوگ روزی روزگار کے حصول میں دشواریوں، کاروباری نقصانات، خاندانی مسائل، جذباتی وجوہات، حادثات، صدمات، مقابلہ آرائی میں ناکامی جیسی وجوہات سے ذہنی دباؤ میں اور اسٹریس میں مبتلا ہو جاتے تھے۔ اسٹریس کے نتیجے میں لوگ کم خوابی یا بے خوابی اور دیگر ذہنی و جسمانی امراض میں بھی مبتلا ہوتے تھے۔ ماضی کے مختلف ادوار میں انسان کے پاس وسائل محدود تھے۔ آرام و آسائش کی چیزیں بہت کم تھیں لیکن پھر بھی ان ادوار میں عام طور پر لوگ سکون کی دولت سے مالا مال تھے، ان کی زندگیوں میں ذہنی انتشار اور بیسکونی کا زور بہت کم تھا۔

موجودہ دور میں جو کہ سائنسی ترقی کے عروج کا دور کہلاتا ہے آرام، آسائش اور سہولتوں کی فراوانی ہے۔ اس دور میں آسائشوں کی فراوانی کے باوجود بہت بڑی تعداد میں لوگ شدید ذہنی دباؤ، اسٹریس، ٹینشن اور ڈیپریشن میں مبتلا ہو رہے ہیں۔

آج سہولتوں کی تو کوئی کمی نہیں ہے لیکن ذہنی سکون ناپید ہو جاتا ہے۔ دور افتادہ سفر کے لیے تیز رفتار ہوائی جہاز، سڑکوں پر سفر کے لیے آٹو موٹیل اور تیز رفتار ٹرینیں، ایک دوسرے سے رابطوں کے لیے بذات خود کہیں آنے جانے کے بجائے ٹیلی فون، ایس ایم ایس اور انٹرنیٹ کی دستیابی، دفاتروں اور گھروں میں معاونت کے لیے مختلف تیز رفتار مشینوں کے کثرت سے استعمال کے بعد ہونا تو یہ چاہیے تھا کہ انسان کو بہت سا وقت میسر آتا۔ اس فارغ وقت کے ایک حصہ کو انسان اپنے اہل و عیال کے ساتھ خوشی سے گزارتا۔ کام سے فارغ ہو کر لوگ اپنے دوستوں اور ہم خیال لوگوں کے ساتھ بزم آرائی کرتے۔ اپنے وقت کے ایک حصے کو محلہ، شہر اور ملک کی رضاکارانہ خدمات کے لیے استعمال کیا جاتا لیکن یہاں تو معاملہ الٹا ہی نظر آتا ہے۔ سائنس و ٹیکنالوجی کی ترقی کی وجہ سے جیسے جیسے سہولتیں زیادہ ہو رہی ہیں انسان کے پاس فرصت اتنی ہی تیزی

سے ختم ہوتی جا رہی ہے۔

آج کے دور میں مصروفیات کا عام انداز دیکھتے ہوئے محسوس ہوتا ہے کہ اکثر لوگوں کے پاس تو خود اپنی ذات کے لیے بھی وقت نہیں ہے۔ خود غرضی اور نفسا نفسی کا ایک نتیجہ یہ بھی ہے کہ لوگوں کے نجوم میں گھرے ہوئے ہونے کے باوجود بہت سے لوگ تنہا ہیں۔ ان کے جاننے والے تو بہت ہیں لیکن وہ حقیقی دوستوں سے محروم ہیں۔

بہت سے لوگوں کو یہ کہتے سنا ہے کہ ہماری دن رات کی محنت اپنی اولاد کے بہتر مستقبل کے لیے ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ والدین اپنی اولاد کے روشن مستقبل کے خواہشمند ہوتے ہیں اور اس کے لیے کوشش اور جدوجہد بھی کرتے ہیں لیکن اولاد کے بہتر مستقبل کے نام پر کی جانے والی ایسی محنت کس کام کی جو ایک ہی گھر میں رہتے ہوئے باپ اور اولاد کے درمیان رابطوں کو ہی ختم کر دے۔ کیا یہ ایک انتہائی تکلیف دہ اور تلخ حقیقت نہیں ہے کہ مواصلات کی ترقی کی وجہ سے دنیا کے دور دراز ممالک تو انتہائی قریب محسوس ہو رہے ہیں لیکن ایک ہی گھر میں رہنے والے والدین اور اولاد کے درمیان اور گئے بہن بھائیوں کے درمیان فاصلے پیدا ہو رہے ہیں اور یہ فاصلے روز بروز بڑھ رہے ہیں۔

کسی شخص کی آمدنی کم ہو اور اسے اپنی بنیادی ضروریات کی فراہمی کے لیے مسلسل اوور ٹائم لگا کر محنت کرنا پڑے، اس کی عدم افرصتی تو سمجھ میں آتی ہے لیکن جس کے پاس مناسب یا کافی زیادہ وسائل ہوں وہ بھی کسی اور کے لیے نہیں بلکہ خود اپنی اولاد کے لیے ہی وقت نہ نکال پائے تو ایسی مصروفیات کو کس کے لیے قرار دیا جائے؟

موجودہ دور میں لوگوں کے مشاہدوں سے ایک عام تاثر یہ ملتا ہے کہ آج کا انسان معاشی مصروفیات کی وجہ سے سہولتوں کی فراوانی کے باوجود جسمانی آرام سے محروم اور شدید تھکن میں مبتلا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ ذہنی سکون سے بھی محسوس دور ہے۔ ذہنی سکون سے اس دوری کا سبب اسٹریس اور ٹینشن کو بھی قرار دیا جاتا ہے۔

روز مرہ کے معاشی یا گھریلو کاموں سے ہونے والی تھکان کوئی مسئلہ نہیں ہے یہ تھکان تو چند گھنٹوں کی اچھی نیند سے دور ہو سکتی ہے لیکن مختلف وجوہات کی بناء پر پیدا ہونے والے ذہنی دباؤ یا ذہنی تھکان کو دور کرنا آسان نہیں ہے۔ عموماً یہ ذہنی دباؤ عملی زندگی میں پیش آنے والے مسائل یا خطرات کی وجہ سے وجود میں آتا ہے۔ ٹینشن کی وجوہات میں ہمارے اپنے سوچنے کے انداز کا بھی دخل ہو سکتا ہے۔

ہماری سوچ اور فکر پر مختلف عوامل اثر انداز ہوتے ہیں۔ ان عوامل میں والدین کا انداز فکر، گھر یا خاندان کا ماحول اور معاشرے کے حالات اور روایات کا بھی بڑا حصہ ہے لیکن اگر ہم اپنی سوچ کے انداز کو خود ترتیب دینا چاہیں تو ایسا بھی ہو سکتا ہے۔ مثال کے طور پر ایک خاندان یا ایک شہر کے رہنے والے اکثر

لوگ تو ہم پرست ہوں، حصولِ علم کے مخالف ہوں۔ مثبت تبدیلیوں کو قبول کرنے پر آمادہ نہ ہوں لیکن ایسے ماحول میں بھی کوئی شخص علم کے فوائد اور فضیلتوں کے بارے میں اپنے طور پر سوچ سکتا ہے یا علم کے بارے میں اپنے ماحول سے مختلف کسی بھی ترغیب کو قبول کر سکتا ہے۔ اسی طرح کسی ماحول میں جہاں بہت سے لوگ ننگ نظر اور متعصب ہوں، دوسروں کی غیبت کر کے خوش ہوتے ہوں ایسے ماحول میں رہتے ہوئے کوئی شخص فراخ دل، انسان دوست اور راست باز سوچ اختیار کر سکتا ہے۔ مختلف معاشروں میں اصلاح کا سبب بننے والے عظیم لوگوں کا ایک نمایاں وصف یہی تو تھا کہ وہ اپنے معاشرہ کی فضول اور ناقص سوچ سے متفق نہ ہوئے۔ ایسے لوگوں نے اپنے طور پر صحیح فکر اختیار کرنے کی کوشش کی۔

ہمیں جائزہ لینا چاہیے کہ آج کے دور میں ذہنی دباؤ، اسٹریس اور فینشن کے تیزی سے بڑھنے کی وجوہات

کیا ہیں....؟

فینشن اور ڈپریشن کی ایک بہت بڑی وجہ عدم تحفظ کا احساس ہے۔ عدم تحفظ کا یہ احساس زیادہ تر معاشی معاملات اور اسٹیتس (Status) سے متعلق ہے۔ آج کے دور کا ایک المیہ یہ بھی ہے کہ معاشرہ میں اعلیٰ مقام اور لوگوں کی نظروں میں اہمیت کا سبب کسی کے بلند اخلاق، علم و حکمت اور اعلیٰ اوصاف نہیں رہے۔ آج کے اکثر معاشروں میں اسے زیادہ اہمیت و مقام حاصل ہے جس کے پاس زیادہ دولت اور زیادہ اثر و رسوخ ہے۔ یہ فکر دراصل سرمایہ دارانہ نظام معیشت کی وجہ سے پروان چڑھی ہے۔

ہمیں یہ سمجھنے اور سیکھنے کی کوشش بھی کرنا چاہیے کہ زندگی کی جدوجہد میں شدید جسمانی مشقتوں اور بہت زیادہ دماغی محنت کے ساتھ ہم پر سکون زندگی کس طرح گزار سکتے ہیں۔ پر سکون زندگی کا مطلب یہ نہیں ہے کہ زندگی میں شدید مصروفیات نہ ہوں، دشواریاں اور تکلیفیں نہ آئی ہوں کبھی دکھ، بیماریوں کا سامنا نہ ہوا ہو، انسان ہواؤں کے سرد و گرم تھیزوں سے بچا ہوا ہو۔ یہ سب حالات یا کیفیات تو زندگی کا حصہ ہیں۔

ذہنی سکون کا ایک مطلب یہ ہے کہ شدید مصروفیات، ناموافق یا مخالفانہ صورت حال، دکھ یا بیماری انسان کے اندر توڑ پھوڑ نہ مچا سکے۔ مخالفانہ حالات کے ان منفی اثرات سے بچنے کے لیے ضروری ہے کہ انسان کے اندر مثبت طرز فکر، معاملات کا روشن پہلو دیکھنے کی عادت، استقامت و استقلال موجود ہو۔

مثبت طرز فکر اور معاملات کا روشن پہلو دیکھنے کی عادت ایک اختیاری عمل ہے، یعنی آپ چاہیں تو مثبت طرز فکر (Positive Thinking) اور روشن نظری اپنا سکتے ہیں۔ پازیٹیو تھکنگ کو سمجھا اور سیکھا جاسکتا ہے۔ جس طرح کوئی شخص خوش خطی یا مصوری سیکھ سکتا ہے اسی طرح پازیٹیو تھکنگ کا اختیار کیا جاتا بھی سیکھا جاسکتا ہے۔ پازیٹیو تھکنگ کو سمجھ کر اور سیکھ کر ایک شخص ذہنی دباؤ اور اسٹریس پر قابو پا سکتا ہے۔ مثبت طرز فکر کے ذریعہ ذہنی دباؤ اور اسٹریس کے منفی اثرات سے بچا جاسکتا ہے۔ اس کے ذریعہ ذہنی دباؤ اور

اسٹریس سے نجات بھی حاصل کی جاسکتی ہے لیکن اسٹریس پر قابو پانے کے باوجود ضروری نہیں کہ ذہنی سکون اور قلبی اطمینان بھی میسر آجائے۔ یہ کیفیات یقیناً، توکل اور استغناء کے ذریعہ حاصل ہوتی ہیں۔

انسان اپنے آرام و آسائش اور نفس کی تسکین کی خاطر، اسٹریس کے حصول کے لیے مادی دولت پر انحصار کرتا ہے۔ دولت یعنی روپے پیسے یا درہم و دینار کی اہمیت سے ہرگز انکار نہیں۔ انسان کی ضروریات کی تکمیل کے لیے دولت ایک ناگزیر ضرورت ہے۔ ہر انسان کو دولت یا وسائل کے حصول کے لیے کما حقہ کوشش ضرور کرنی چاہیے کیونکہ درہم و دینار (دولت) زمین پر اللہ کی مہر ہے جو آدمی یہ مہر اپنے پاس رکھتا ہے اس کی حاجتیں پوری ہوتی ہیں۔ مادی دولت کی یہ اہمیت اپنی جگہ لیکن اس کی ایک خاصیت یہ بھی ہے کہ مادی دولت جلد فنا ہو جانے والی نہایت بے وقایہ چیز ہے۔

مادی وسائل کی کمی یا زیادتی کا اداسی یا حقیقی خوشی سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ حقیقی خوشی مادی آسائشوں سے، ظاہر سے نہیں ملتی۔ حقیقی خوشی تو خالص اور صاف ستھرے پانی کے چشمہ کی طرح باطن سے پھوٹتی ہے۔ حقیقی خوشی کا منبع (Origin) انسان کے اندر موجود ہے۔ اس مادی دنیا میں البتہ اس کے بعض اسباب ظاہر میں بھی موجود ہیں۔ بقول شاعر:

نہ کلی ہے وجہ نظر کشی نہ کنول کے پھول میں تازگی

فقط اک دل کے کھلنے کی سبب نشاط بہار ہے

بے شمار اولیاء اللہ اور عاشقان رسول ﷺ کے لاتعداد واقعات انسان کے لیے خوشی، سکون اور اطمینان کے رازوں سے پردہ اٹھاتے ہیں.... کئی اولیاء اللہ نے اس دنیا میں بظاہر کم مادی وسائل کے ساتھ زندگی بسر کی اور اپنی تمام تر توجہ اسلام کی تبلیغ اور مسلمانوں کی رشد و ہدایت کے لیے وقف کیے رکھی.... بعض اولیاء اللہ تبلیغ و رشد و ہدایت کی ذمہ داریاں ادا کرنے کے ساتھ ساتھ اپنے بڑے بڑے کاروبار کی نگرانی بھی فرمایا کرتے تھے۔

سچی خوشی اور اطمینان ان لوگوں کو ملتا ہے جن میں یقین، توکل اور استغناء پایا جاتا ہے۔ اصل دولت یقین کی دولت ہے۔ جو لوگ اللہ وحدہ لا شریک پر کامل یقین رکھنے والے ہیں وہ نہایت دولت مند لوگ ہیں، انہیں خوشحالی بھی میسر ہے اور سکون و اطمینان بھی، یہ لوگ اللہ تعالیٰ پر توکل کرتے ہیں اور استغناء ان کے لیے خزانہ کی حیثیت رکھتا ہے۔

بَکْبَرُ وَقَارُ یُوسُفَ عَظِیْمٍ

اچانک مجھے ایسا محسوس ہوا کہ میرا دل دھڑکنے لگا ہے اور میں اپنے جسم سے پھسل کر باہر نکل رہی ہوں.... پہلے میں فرش پر بیٹھی، پھر آہستہ آہستہ اوپر اٹھنے لگی۔ یہاں تک کہ میں ایک کافہ کے پرزے کی طرح اڑتی ہوئی چھت سے جا گئی....

وہاں سے میں صاف دیکھ رہی تھی کہ میرا جسم نیچے بستر پر پڑا ہوا ہے اور ڈاکٹر اور نرسیں اس پر اپنی آخری تدبیریں آزما رہے ہیں.... ایک نرس نے کہا ”اودہ خدا یا! یہ تو کئی....“ اور دوسری نرس نے میرے جسم کے منہ سے منہ لگا کر اسے سانس دلانے کی کوشش کی۔ مجھے اس نرس کی گدی پیچھے سے نظر آ رہی تھی اور اس کے ہال مجھے اب تک یاد ہیں.... پھر وہ ایک مشین لائے جس نے میرے سینے کو جھٹکے دیئے اور میں اپنے جسم کو اچھٹکا دیکھتی رہی....

یہ الفاظ ہیں ایک خاتون کے جو دل کے دورے کی وجہ سے ہسپتال میں داخل تھیں۔ موت کے قریب وہ جن لحاظ و کیفیات سے گزریں ان کیفیات کو اپنے تئیں بیان کرنے کی کوشش کی۔

برطانیہ، امریکا اور آسٹریلیا کے 15 ہسپتالوں کے

2060 مریضوں کو ایک ریسرچ کا حصہ بن کر کئی سائنسدانوں کو ایسے شواہد ملے جنہاں مریضوں کی موت کے تین منٹ بعد تک حقیقی زندگی کے تجربوں کی شہرہ کیا انہوں نے موت کے بعد اس مریض کا ہوش والے واقعات کو بالکل درست انداز میں بیان کیا۔

رضاکاروں میں ایک شخص نے اپنا تجربہ بیان کیا۔ اسے دل کے دورے کے دوران ڈاکٹر اور نرس دوبارہ زندہ کرنے کی کوشش کر رہے تھے۔ مریض کا کہنا تھا کہ وہ کمرے کے کنارے سے اپنے آپ کو زندہ کرنے کی کوشش کا شاہد کر رہا تھا۔

اسٹین یونیورسٹی آف نیو یارک کے اسٹنٹ پروفیسر ڈاکٹر سیم پائینا کا کہنا تھا کہ ہم جانتے ہیں کہ دل کے رک جانے کے بعد دماغ کام نہیں کر سکتا، لیکن اس معاملے میں شعور موت کے تین منٹ کے بعد تک برقرار رہا۔ انہوں نے بتایا کہ اس شخص نے اس کمرے میں ہونے والی تمام سرگرمیاں بیان کیں جس میں اہم ترین بات مشینوں کی دویپ کی آوازوں کے حوالوں سے بتائیں جن سے ہمیں اندازہ ہوا کہ موت سے جھٹکے واپس زندہ کیے جانے کا وقت تین منٹ قبل پار گیا ہے

زمان و مکان کے تانے بانے میں روح کی تلاش

واضح کر سکیں کہ شائع ہونے والے تحقیقی مقالے کی بنیاد اسی بات پر ہے کہ انسان کا باطن یعنی اس کی روح دراصل اس کا شعور ہے۔

کیا روح شعور ہے؟

اب تک سامنے آنے والی تمام مطالعاتی تحقیقات میں مختلف مقامات پر مختلف افراد نے جو کیفیات بیان کی ان میں سے چند بطور خاص اہمیت رکھتی ہیں۔

- 1- تاریک سرنگ،
- 2- جسم سے علیحدگی،
- 3- مرے ہوئے رشتہ داروں اور دوستوں کو دیکھنا،
- 4- چوتھے ایک نورانی وجود،
- 5- پانچویں اپنی زندگی کے گزرے ہوئے واقعات کا نظارہ۔

تاریک سرنگ سے گزرنے کے تجربے کو کسی نے یوں تعبیر کیا ہے کہ میں ایک تاریک خلا میں غیر رہا تھا، کسی نے کہا کہ یہ ایک گھٹا ٹوپ اندھیرا تھا اور کسی نے اسے اندھیرے غار کا نام دیا ہے۔ میں اس میں نیچے بیٹھے جا رہا تھا کسی نے اسے ایک کنوئیں سے تعبیر کیا ہے۔ کسی نے کہا ہے کہ وہ ایک تاریک وادی تھی، کوئی کہتا ہے کہ میں اندھیرے میں اوپر اٹھتا چلا گیا۔ مگر یہ بات سب نے کہی ہے کہ ہمارے الفاظ اس کیفیت کو بیان کرنے کے لیے ناکافی ہیں، جس مشاہدے کو تمام افراد نے بڑی حیرت کے ساتھ بیان کیا ہے وہ یہ تھا کہ وہ اپنے جسم سے الگ ہو گئے۔

جسم سے باہر آنے کی اس حالت کو بعض افراد نے اس طرح تعبیر کیا ہے کہ ہم ایسے نئے وجود میں آگئے تھے جو جسم نہیں تھا، اور بعض نے کہا کہ وہ بھی ایک دوسری قسم کا جسم تھا جو دوسروں کو دیکھ سکتا تھا مگر

مطابق ان کی معلومات بظاہر کافی قابل اعتماد ہیں اور جو کچھ انہوں نے بیان کیا وہ واقعی اس کمرے میں ہوا تھا۔

ایک برطانوی ٹیم نے چار سال تک کے دل کے امراض کے مریضوں کا مطالعہ کیا اس دوران حاصل کردہ نتائج کا گہرائی سے تجزیہ کیا گیا۔ ان کی حاصل کردہ تجزیاتی رپورٹ کے مطابق تقریباً چالیس سے زائد مریضوں کا کہنا تھا کہ جب انہیں مردہ قرار دے دیا گیا تھا اس وقت بھی ان میں کسی نہ کسی طرح کا شعور تھا۔

ماہرین کہتے ہیں کہ دل کی حرکت رک جانے کے بعد دماغ میں سے تھیں سیکنڈ کے اندر ہی کام کرنا بند کر دیتا ہے اور اس میں کسی بھی قسم کا شعور ہونے کا سوال ہی نہیں ہوتا۔

تاہم اس نئے مطالعے کے دوران ایسے شواہد سامنے آئے جہاں دل کے مریضوں نے تین منٹ تک حقیقی زندگی کے تجربات بیان کئے۔ ان میں میں سے ایک ابتداء میں بیان کیا گیا ہے۔

شعور کیا ہے؟

بات آگے بڑھانے سے پہلے اگر ہم یہ بھی سمجھ لیں کہ شعور کی تعریف دراصل سائنسی بنیادوں پر ہے کیا؟ اب تک شعور پر کی جانے والی تحقیقات کے مطابق اپنے آپ سے باخبر ہونے کو یعنی ہوش و حواس میں ہونے کو شعور میں ہونا کہا جاتا ہے۔ آگرمیزی میں اسے کونشینس consciousness کہتے ہیں۔ جب تک نفسیات میں اس کی تعریف یوں کی جاتی ہے کہ ”شعور دراصل عقل کی وہ کیفیت ہے جس میں جس، خود آگاہی، دانائی پائی جاتی ہو اور ذاتی اور ماحولی حالتوں میں ایک ربط قائم ہو۔“

یہاں شعور کا بیان اس لئے ضروری تھا کہ ہم یہ



روح کو جسم سے الگ کرنے والی طالبہ

انسانی جسم اور روح کا تعلق بہت پیچیدہ ہے سائنسدان اور فلسفی مدتوں سے اس تعلق کو سمجھنے کے لیے کوشاں ہیں۔ کینیڈا کی ایک چوبیس سالہ طالبہ نے سائنسدانوں کے سامنے جسم اور روح کے تعلق کا ایک نیا معرکہ کھڑا کر دیا ہے جس کے باعث صدیوں سے جاری تحقیق میں ایک اور پیچیدگی پیدا ہو گئی ہے۔ یونیورسٹی آف اوتاوا (Ottawa) کی یہ طالبہ

بتاتی ہیں کہ وہ جب چاہیں اپنی مرضی سے غیر مرئی حالت میں اپنے جسم سے نکل جاتی ہیں اور بالکل اس طرح سے دنیا کی سیر کرتی پھرتی ہیں کہ ان کا جسم ایک جگہ پڑا ہوتا ہے اور وہ خود روحانی حالت میں کسی دوسری جگہ ہوتی ہیں۔

نیو روسائنسدان گلین موہنی (Gillian Mohny) نے اپنی ٹیم کے ساتھ مل کر اس طالبہ پر تجربات کیے تو وہ یہ دیکھ کر حیران رہ گئے کہ طالبہ کا جسم خوابیدہ حالت میں بالکل ایک مردہ لاش کی طرح ہو جاتا ہے جبکہ وہ بعد میں اپنی گہری نیند جیسی کیفیت کے دوران پیش آنے والے تمام واقعات کے بارے میں بالکل درست انداز میں بتا دیتی ہیں۔

گلین نے جب طالبہ کے دماغ کا MRI سکین کیا تو یہ بھی معلوم ہوا کہ روح کو جسم سے الگ کرنے کے بعد اس کے دماغ کی سرگرمی کسی بھی عام (دوران نیند) دماغ سے یکسر مختلف متحرک دماغ جیسی ہے۔ انہوں نے اس منفرد دماغی کیفیت کے بارے میں اپنا خیال ظاہر کیا ہے کہ طالبہ کی کیفیت Synesthesia کی سی کوئی شکل ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ سنسٹھیسیا ایک ایسی کیفیت ہے، جس میں انسان ایک حواس (حسی اعضاء) سے دوسرے حواس (حسی اعضاء) کا کام بخوبی لے سکتا ہے، یہ عام طور پر نہایت کم سن بچوں میں پائی جاتی ہے لیکن جب وہ بڑے ہو جاتے ہیں تو یہ کیفیت ختم ہو جاتی ہے۔ ان کے خیال میں طالبہ کا جسم سے روح الگ کرنے کا تجربہ اسی کیفیت کی کوئی شدید حالت ہے۔

Source: Frontiers in Human Neuroscience February 2015

جن میں انسان اپنے آپ کو ماحول سے الگ محسوس کرتا ہے۔ بعض اوقات اس کا دماغ جھوٹے تصورات کو مرئی شکل دے دیتا ہے۔ ایسے میں اسے بعض پر فریب نظارے Hallucinations نظر آنے لگتے ہیں، ڈاکٹروں کا خیال ہے کہ ہو سکتا ہے کہ ان افراد کو اسی قسم کی کسی کیفیت سے سابقہ پیش آیا ہو لیکن ڈاکٹر ریمنڈ مودی نے کئی لوگوں کے بیرون جسم تجربات پر اپنی مشاہداتی رپورٹ میں تجربات پیش کئے۔ انہوں نے دونوں قسم کی کیفیات یعنی منشیات یا دواؤں کے زیر اثر پر فریب نظاروں اور روح کی جسم سے علیحدگی کا الگ الگ تجربہ کیا ان تجربات کے بعد ڈاکٹر ریمنڈ مودی نے یہی رائے ظاہر کی ہے کہ جن لوگوں

دوران سے اسے نہیں دیکھ سکتے تھے۔ اس حالت میں بعض افراد نے نظر آنے والے ڈاکٹروں اور نرسوں سے بات کرنے کی بھی کوشش کی مگر وہ لوگ ان کی آواز نہ سن سکے اور ہم اس بے وزنی کے عالم میں تیرتے رہے بلکہ اگر ہم نے کسی چیز کو چھونے کی کوشش کی تو ہمارا وجود اس شے کے آر پار ہو گیا۔

بہت سوں نے یہ بھی بتایا کہ اس حالت میں وقت ساکت ہو گیا تھا اور ہم یہ محسوس کر رہے تھے کہ ہم وقت کی قید سے آزاد ہو چکے ہیں۔

بعض ڈاکٹروں نے مریضوں کے ان بیانات اور تجربات پر یہ خیال ظاہر کیا کہ بعض منشیات اور دواؤں کے استعمال سے بھی اس قسم کی کیفیات پیدا ہو جاتی ہیں

کی بنیاد بنتی ہے۔ سائنسدانوں نے اس کی تحقیق کے دوران یہ نظریہ پیش کیا کہ سونے کے دوران جب ریم (RAM) سلیپ کا مرحلہ آتا ہے۔ جس میں عموماً خواب نظر آیا کرتے ہیں، درحقیقت یہ ریم سلیپ یا rapid eye movement کے دوران متحرک ہونے والے دماغ کے وہ نیوراز ہی ہیں جو کہ تجربات قریب الموت NDE کا سبب بنتے ہیں اور دماغی موت کی حالت میں بھی ان تجربات کے واقع ہونے کی وجہ یہ بتائی جاتی ہے کہ چونکہ اس عمل میں حصہ لینے والا دماغ کا حصہ، ٹمپل، جانب برین سٹیم ہوتا ہے جو کہ بالائی یا اعلیٰ دماغ کی موت کے باوجود بھی اپنا کام جاری رکھ سکتا ہے۔

بہر حال مختلف تجربات اور مشاہدات کی روشنی میں مختلف نظریات سامنے آتے رہے مگر عرصہ دراز سے ان سوالات کا تسلی بخش جواب تلاش کرتی ہوئی تحقیق میں انقلاب اس وقت برپا ہوا جب کوانٹم فزکس متعارف ہوئی۔

سائنسی تحقیقاتی میدان میں کوانٹم فزکس کو اپنی جگہ بنانے میں زیادہ وقت نہیں لگا۔ اب تک جو سائنسدان انیم کوئی انتہائی چھوٹا ذرہ سمجھتے آ رہے تھے۔ ان کے سامنے اب انیم کے اندر کی اس سے بھی زیادہ انتہائی چھوٹی باریک دنیا آموجہ ہوئی۔ یہاں ہم کوانٹم فزکس کا مختصر تعارف پیش کر رہے ہیں۔



کوانٹم فزکس:

یہ طبیعیات کی وہ شاخ ہے جو توانائی اور مادہ کا آپس میں تعلق کا مشاہدہ کرتی ہے۔ کوانٹم فزکس کے مطابق تمام کائنات کی حرکت مادی ہے اور اس میں حرکت توانائیوں کی وجہ سے ہے۔

سے انہوں نے انٹرویو کیا ان کے مشاہدات ان پر قریب نظاروں سے مختلف تھے۔ ڈاکٹر میلون مورس Melvin Morse نے اس احتمال پر زیادہ سائنٹیفک انداز میں تحقیق کرنے کے بعد اپنا حتمی نتیجہ یہ بتایا ہے کہ یہ مشاہدات ہیلوینیشن یا قریب قطعی طور پر نہیں تھے۔ اس کا مطلب یہ کہ موت کے تجربے سے گزرنے والوں کسی نہ کسی طرح کا شعور حاصل تھا۔ انہوں نے اس احتمال کہ شاید تجربات بیان کرنے والے لوگوں کے مذہبی تصورات ان کے ذہن پر اس طرح مسلط تھے کہ بے ہوشی یا خواب کے عالم میں وہی تصورات ایک محسوس واقعے کی شکل میں ان کے سامنے آ گئے، ڈاکٹر ریمینڈ مودی کا کہنا تھا کہ اس سوال کی تحقیق کے سلسلے میں جن لوگوں سے ان کی ملاقات ہوئی ان میں سے بہت سے لوگ ایسے بھی تھے جو مذہب کے قائل نہ تھے، یا اس سے اتنے یگانہ تھے کہ ان پر مذہبی تصورات کی کوئی ایسی چھاپ غالب نہیں آ سکتی تھی۔

تحقیقاتی دنیا کو یہ سوال پریشان کرتا رہا ہے کہ اگر یہ تمام واقعات حقیقت سے قریب ترین اور ہیلوینیشن یا قریب نہیں ہیں تو پھر یہ مشاہدات کیا ہیں؟ وہ کونسا جسم ہے جو اس لمحے لگ ہوا اور وہ زندہ جسم میں کہاں ہوتا ہے؟

اس سوال کی حقیقت کو سمجھنے کے لئے Kentucky یونیورسٹی کے طبی علم کے قریب الموت افراد کے دماغ میں آلات کی مدد سے برقی فعالیت کی موجیں ریکارڈ کیں اور اس بات کی طرف اشارہ کیا کہ موت کے وقت دماغی نیورونز جب oxygen کی کمی کا شکار ہوتے ہیں تو ان میں برقی تحریک نمودار ہوتی ہے۔ یہ برقی تحریک ہی ان افراد کے دماغ میں تجربات بیرون جسم OBE جیسے تجربات

ہونے کا تجربہ اس وقت ہوتا ہے جب کو انٹم سبسنانس جو روح کی تشکیل کرتا ہے نروس سسٹم سے نکل کر بالا خر کائنات میں داخل ہو جاتا ہے پروفیسر اسٹیوارٹ اور ان کے ساتھی سائنسدان Roger Penrose کہتے ہیں کہ ہماری روح دماغ کے خلیوں کی گہرائی میں موجود MTs یا Microtubules کا اصل جوہر ہے اور ان کے مابین اختلاط سے وجود میں آتی ہیں۔

مائیکروٹوبیولز کیا ہیں؟

مائیکروٹوبیولز دماغ کے غلوما یا Cytoplasm میں پائے جانے والا لحمی ریشہ Tissue ہے جو خلیوں کے تقسیم ہونے یا دوخت ہونے پر ٹکڑے نما تار بنانے میں کام آتا ہے۔ یہ انتہائی باریک لمبے دار ساخت ہوتی ہیں جو ہر خلیہ میں موجود ہوتے ہیں۔ یہ ہر خلیہ کی پہلی بنیادی تقسیم کے ذمہ دار ہوتے ہیں۔ خلیے کی حرکت اس کی ساخت اس کا کردار یہ تمام معلومات اور ہدایات مائیکروٹوبیولز ہی ان تک پہنچاتے ہیں۔ چونکہ ان کی اپنی ساخت ایک باریک قلی کی طرح ہوتی ہے اس لئے ان کو مائیکروٹوبیولز کہا جاتا ہے۔ جبکہ ان کا کیمیائی بناوٹی مادہ ایک پروٹین ہے جو ٹوبولن کہلاتا ہے۔ ڈاکٹر اسٹیوارٹ ہیمر آف کے مطابق مائیکروٹوبیولز میں مشاہدے سے یہ بات سامنے آئی کہ ان مائیکروٹوبیولز میں ہمہ وقت ایک ارتعاشی عمل یا ایک مسلسل حرکت ہوتی رہتی ہے۔ اس کی رفتار کم سے کم ایک سیکنڈ میں 40 بار نوٹ کی گئی ہے۔ مائیکروٹوبیولز کی اہمیت پر بات کرتے ہوئے انہوں نے کہا کہ نیند کے دوران مختلف درجات پر پیدا ہونے والی برین ویزیا لفا، بیٹا تھیٹا لہریں اور ان کی رفتار میں کمی زیادتی بھی دماغ کے انہی خلیات میں پائے جانے والے مائیکروٹوبیولز کی بدولت ہوتی

یہ سائنس کی وہ شاخ ہے جس کے قوانین و نظریات کائنات کی انہی یا جوہری ذرات جیسے بہت چھوٹی اور باریک ترین دنیا کے اسرار و رموز کو جاننے کی کوششوں میں سرگرداں ہیں۔

مزید آسان الفاظ میں کو انٹم فزکس واصل ایٹم کے انتہائی چھوٹے چھوٹے ذرات کے مطالعہ اور تحقیقات کا علم ہے۔

اب اگر غور کریں تو ابتداء میں بیان کردہ شعور کی تعریفیں بھی ادھوری اور نامکمل محسوس ہوتی ہیں۔ حقیقت تو یہ ہے کہ ابھی تک شعور کی صحیح تعریف تک نہ تو فلسفہ پہنچ پایا ہے نہ ہی نفسیات اور نہ ہی طب۔ تاہم کو انٹم فزکس نے دماغ کی ان جدید و گہمیاں سلجھانے میں نئے دروازے کئے ہیں۔ یہ ہمیں بتاتی ہے کہ انسانی دماغ اپنی مادی حیثیت میں مختلف نیورونز سے مل کر بنا ہوا ایک مجموعہ ہے انہیں نیورونز کے فعال ہونے سے جس بنتی ہے اور عقل و شعور پیدا کرتی ہے۔

شعور اور کو انٹم کمپیوٹر

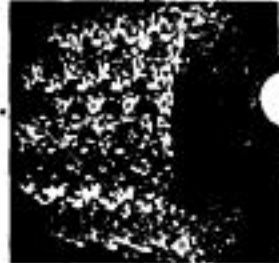
اسٹیوارٹ ہیمر آف Stuart Hameroff پروفیسر ایمریٹس یونیورسٹی آف ایریزونا میں سینئر آف کانسٹنٹینس سٹڈی فیلو شپ کے ڈائریکٹر اور انسٹیٹیوٹ آف سائیکولوجی کے پروفیسر ہیں۔ ان کے پیش کیے جانے والے نظریے

کو انٹم تھیوری آف کونٹینس نیس کے مطابق ہوش و حواس یعنی کہ شعور دماغ میں موجود کو انٹم کمپیوٹر کے لئے ایک پروگرام کی حیثیت رکھتا ہے جو کہ موت کے بعد بھی کائنات میں قائم رہ سکتا ہے۔ انہوں نے ایک دستاویزی فلم کے ذریعے وضاحت کرتے ہوئے کہا ہے کہ موت کے قریب ترین

1 انسانی دماغ کے تقریباً 100 ارب نیورونز ایک دوسرے کو سگنلز بھیجتے ہیں

2 ہر نیورون میں 300 چھوٹے سلینڈر نما پولیمر
مائکرو ٹیوبلز microtubules ہیں

3 ہر مائکرو ٹیوبلز میں موجود مائیکوٹول کے
پچیدہ جال lattice میں لاکھوں پروٹینی جز
ٹیوبولن tubulin پائے جاتے ہیں



استھمسیا دینے والے چند مریضوں کے سیلز کا جائزہ لیا گیا تو ہم نے ان کے دماغی خلیوں میں پائے جانے والے مائیکرو ٹیوبلز کی حرکت اور حالت میں واضح تبدیلی نوٹ کی۔ ان کا مزید کہنا تھا کہ قریب المرگ زندگی کے تجربے سے یہ نتیجہ اخذ ہوا ہے کہ مائیکرو ٹیوبلز اپنی کوانٹم حالت کو چھوڑ دیتے ہیں یا کہ یہ انفارمیشن جسم سے نکل کر کائنات میں واپس چلی جاتی ہے۔ اگر مریض دوبارہ ہوش میں آ جاتا ہے تو یہ کوانٹم انفارمیشن دوبارہ مائیکرو ٹیوبلز میں واپس آ جاتی ہے اور مریض کہتا ہے کہ اس نے تو موت کا منظر دیکھ لیا ہے۔ اگر یہ بحال نہیں ہوتا اور موت واقع ہو جاتی ہے تو اس انفارمیشن یعنی شعور سے رابطہ مکمل طور پر منقطع ہو جاتا ہے۔ لیکن اس صورت میں یہ عین ممکن ہے کہ کوانٹم انفارمیشن جسم کے باہر شاید لامتناہی مدت تک کے لیے موجود رہے۔

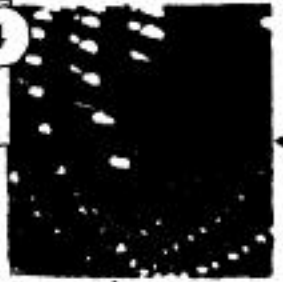
ان کا مزید کہنا ہے کہ تحقیقات سے واضح ہوا ہے کہ مائیکرو ٹیوبلز میں موجود یہ کوانٹم انفارمیشن تباہ نہیں ہوتی اور نہ ہی یہ تباہ ہو سکتی ہے۔ یہ محض تقسیم ہوتی ہے اور جسم سے رابطہ منقطع ہونے کی صورت میں

ہے۔ ان کا مزید کہنا ہے کہ قدرت کا یہ اعلیٰ درجے کا اعصابی نظام اور اس کی فعالیت کا انحصار خالصتاً انہیں مائیکرو ٹیوبلز کی فعالیت اور ان سے جاری کردہ ہدایات پر ہے۔ مائیکرو ٹیوبلز کی اس سرگرمی کو جس کے تحت یہ ہدایات جاری کرتے ہیں کوانٹم انفارمیشن یا شعور کہہ سکتے ہیں۔

ڈاکٹر ہیر آف اور ان کے ساتھ پین روز نے سائنسی چینل پر درم ہول ڈاکو منفری کے ذریعے حیات کا مائیکرو ٹیوبلز سے گہرے تعلق کی وضاحت کرتے ہوئے بتایا کہ موت کی صورت میں جیسے ہی دل رکتا ہے خون کا بہاؤ بھی بند ہو جاتا ہے۔ اس دوران مائیکرو ٹیوبلز اپنی حالت بدل لیتے ہیں۔ اس کے لئے وہ ایک مثال ایسے مریضوں کی بھی دیتے ہیں جنہیں سر جری کے لئے استھمیز یا کے انجکشن لگا کر بے ہوش کیا جاتا ہے۔ جس کے بعد مریض کا رابطہ اپنی حسیات سے عارضی طور پر منقطع ہو جاتا ہے وہ درد یا تکلیف محسوس نہیں کر پاتا اور نہ ہی ہوش و حواس میں ہوتا ہے۔ پروفیسر ہیر آف کا کہنا ہے کہ اس صورت میں جب

کسی مانگر و کمپیوٹر میں کو انٹیم میکینیکل عمل کی طرح، ہر مینوسیکنڈ میں یوٹیلن پروٹین میں کھلنے اور بند ہونے کا عمل جاری رہتا ہے

4

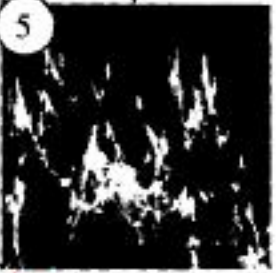


یعنی ہر نیورون میں ایک سیکنڈ میں دس ہزار کھرب کاروائیاں ہو جاتی ہیں۔ انسانی شعور اور ذہن انہی ان گنت کو انٹیم



کاروائیوں سے تشکیل پاتا ہے۔ شعوری آگاہی اور کسی خیال کے آنے کا پوشیدہ حلقہ عمل زمان و مکان space-time کے انہی تانے بانے میں سرایت ہے۔

5



ٹوبیو لڑکی ہدایت پر عمل پیرا ہے تو پھر یہ مائیکرو ٹوبیول کس کی ہدایت پر عمل کرتے ہیں؟

سائنسدان اس کا جواب (صحت) میں مصروف ہیں سائنسی تحقیقات کو فی الحال خاصا وقت اور خاصے مراحل بھی درکار ہیں۔ بہر حال اگر اس لحاظ سے شہر کر ہم اپنے اسلاف اور روشن ضمیر بزرگوں کی کتابوں اور ان کی تعلیمات پر غور فکر کریں تو اس کا جواب با آسانی پائیں گے۔

لوح و قلم اور نظریہ رنگ و نور میں قلندر بابا اولیاء اور حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی اعلیٰ فیہرک یا تانے بانے کی وضاحت اس طرح فرماتے ہیں کہ پورا کائناتی ڈھانچہ اور سارا مادی نظام لہروں کے تانے بانے پر قائم ہے۔ یہ بھی ایک مسلمہ حقیقت ہے اور آئن سٹائن کی نظریہ اضافیت کے بعد ثابت ہو چکا ہے کہ ہر شے دو رخوں پر قائم ہے۔ اسی طرح نوع آدم بھی روشنی اور عناصر کا مجموعہ ہے۔

آپ وضاحت فرماتے ہیں کہ کائنات میں موجود کوئی بھی وجود دور رخوں کے بغیر مکمل نہیں ہوتا۔

ایک خاص وقت پر بالآخر کائنات میں پرواز کر جاتی ہے۔

اس تصویر کو آرچیٹریچل ڈائریکشن کا Orchestrated Objective Reduction نام دیا گیا ہے۔ اس تحقیق میں مصروف دونوں سائنسدانوں نے بیان کیا ہے کہ ہماری روحیں دماغ کے نیورونز کے باہمی اختلاط سے مزین ہیں۔ جو شاید کائنات کے وجود میں آنے کے وقت بھی موجود تھیں۔ یہ حقیقت میں کائنات کے انتہائی اعلیٰ فیہرک سے تشکیل پاتی ہیں۔ ڈاکٹر ہیر آف کے وضاحت کردہ اس اعلیٰ فیہرک کو ہم تانا بانا بھی کہہ سکتے ہیں۔



اعلیٰ فیہرک یا تانا بانا

یہاں آپ یہ سوال بھی کر سکتے ہیں کہ اعلیٰ فیہرک کیا ہے؟ یا اس تانا بانے سے کیا مراد ہے؟ دوسرا سوال یہ کہ ان مائیکرو ٹوبیولز کو اطلاع کہاں سے ملتی ہیں؟

اگر زندگی سے تعلق رکھنے والا ہر خلیہ ان مائیکرو

کتاب لوح و قلم میں حضور قلندر بابا اولیاء روشنی کی تعریف بیان کرتے ہوئے فرماتے ہیں کہ روشنی خلاء ہے۔ اس خلاء کا ایک وجود ہے۔ خلاء کا وجود ہے تو اس میں حرکت بھی ہے یعنی خلاء میں مسلسل ایک ارتعاشی عمل جاری ہے۔ جس کا سفر ازل سے ابد تک طرف ہے۔ اب خلاء کی اکہری حرکت کو مفرد لہر یا نمہ مفرد کہا جاتا ہے۔ درحقیقت یہی مفرد اکہری لہر ہی ہے جو تمام حیات کی بنیاد یا بساط یا بیس Base ہے۔

بابا صاحب رحمۃ اللہ علیہ اس کی وضاحت یوں فرماتے ہیں کہ کائنات میں موجود ہر شے کی زندگی کی بنیاد اسی روشنی کی اکہری مفرد لہر کی حرکت پر قائم ہے۔ جب روشنی کی اس اکہری مفرد لہر میں افقی سمت میں دوسری مرکب لہر کا اضافہ ہوتا ہے تو تانے بانے کی صورت میں ایک جال یا گراف کی تشکیل ہوتی ہے۔ یہ بالکل اسی طرح ہے جس طرح دھاگوں کی انتہائی باہیک ڈوریں عمودی اور افقی سمت میں ایک دوسرے میں بیوست ہو کر ایک کپڑے کی صورت میں ظاہر ہوتی ہیں۔ یہ دھاگوں کی ڈوریں بظاہر ایک دوسرے میں بیوست نظر آتی ہیں مگر ایک دوسرے سے الگ بھی ہوتی ہیں۔ اسی طرح روشنی کی دو لہریں مل کر تانا بانا بنتی ہیں جن کے درمیان موجود کشش کا قانون انہیں ایک دوسرے میں توازن کے ساتھ بیوست یا جوڑے رکھتا ہے۔ اس تانے بانے کو قلندر بابا اولیاء نے اپنی کتاب لوح و قلم میں نمہ کا نام دیا ہے۔

یہ تانا بانا ہی ہے جو زمان و مکان کہلاتا ہے۔ شعور لا شعور کہلاتا ہے۔ جس میں حیات کے خدو خال تشکیل پاتے ہیں۔ مخلوق کے نقش و نگار بنتے ہیں۔ آپ مزید وضاحت فرماتے ہیں کہ ہر تخلیق کے لئے اس تانے بانے کی تشکیل معین مقداروں پر ہوتی ہے۔ یہی معین

مقداریں مختلف نوعوں، جمادات، حیوانات، نباتات، بشمول آدمی کی صورت میں ہمیں نظر آتی ہے۔ یعنی اس تانے بانے میں مرکب لہر پر نقش و نگار بنتے ہیں اور روشنی کی مفرد لہر زندگی کے ان نقش و نگار کو فیزہ کرتی ہے۔

اس جملے کی وضاحت اس طرح کی جاسکتی ہے کہ جس رخ کا دنیا میں ظہور ہو وہ مادیت یا مکانیت ہے اور جو رخ بظاہر نظر نہیں آتا اس میں ظاہر ہونے والے ان نقش و نگار کی اطلاع یا انفارمیشن موجود ہے۔ یعنی کہ باطنی زمانیت یا روشنی ہے جو زندگی کو فیزہ کرتی ہے۔

قلندر بابا اولیاء کے بتائے ہوئے ان کلیات کے مطابق اگر کسی بھی وجہ سے روشنی کی اس اکہری یا مفرد لہر کا مرکب لہر پر غلبہ ہو جائے تو انسان کو OBE بیرون جسم تجربات کا مشاہدہ ہو سکتا ہے۔ اس کی ایک انتہائی سادہ اور جامع مثال نیند کے دوران خواب کی حالت ہے۔ ہم گہری نیند میں ہوتے ہوئے بھی خواب کے دوران بیداری کے حواس کی طرح کھاتے پیتے بھی ہیں، چلتے پھرتے بھی ہیں۔ اگر خواب میں ڈر جائیں تو بیدار ہونے پر ہم اس ڈر کو محسوس کرتے ہیں۔ کوئی چوٹ لگے تو اس کے درد کو محسوس کرتے ہیں جبکہ بحیثیت مادی جسم ہم بستر پر تقریباً بے جان حالت میں پڑے ہوتے ہیں۔

ڈاکٹر ہیرس آف اور جین روز کی تصوری آف کونشنیشن اور مائیکرو ٹوبیو لک کے کردار پر بحث سے کم سے کم یہ تو واضح ہو جاتا ہے کہ وہ وقت دور نہیں جب سائنسدان شعور کے ساتھ لا شعور اور زمان و مکان کے اس تانے بانے کو صحیح رخ پر سمجھ پائیں گے اور جلد یا بدیر سائنسی شواہد کے پیاسوں کو اس کے شواہد سائنسی بنیادوں پر پیش کریں گیں۔



مائیکرو فلنیس

ہر حال میں خوش رہنا سیکھیں



قسط نمبر 3

ہم نے آپ سے وعدہ کیا تھا کہ اس ماہ کے شمارے میں ہم آپ کو بتائیں گے کہ اپنے کسی خاص مقصد کو مثبت اثرات مرتب کرتا ہے۔ کائن آپ کے جسم کے پانے میں مائیکرو فلنیس کی کون سی ٹیکنیکس کس طرح مددگار ثابت ہوں گے۔ ان ٹیکنیکس کے ساتھ چند بنیادی شقیں بھی ضروری ہیں۔ بھرپور کامیابی کے لیے تکنیک کے ساتھ ان مشقوں پر باقاعدگی کے ساتھ عمل بھی کرنا ہے۔ تو پھر شروع کرتے ہیں پہلے ان بنیادی مشقوں سے۔

شاہینہ جمیل

اس بات کی تو آپ سب تائید کریں گے کہ شدید گرمی میں آپ سوئی لباس میں جتنا زیادہ خود کو پرسکون محسوس کرتے ہیں وہ سکون آپ کو ریشم یا کسی اور منیریل میں نہیں ملتا۔ اس کی ایک سائنسی توجہ یہ ہے کہ سوئی لباس کا بنیادی منیریل یعنی کائون یا کپاس ایک خالص اور قدرتی یا سائنسی زبان میں آرگینک مٹریل ہے۔ ایسا نہیں کہ سوئی لباس کا استعمال صرف گرمیوں میں ہی بہتر ہے بلکہ ہر موسم ہر علاقے میں سوت سے بنا ہوا ملا بھاری یا موٹا ہر طرح کا لباس آپ کے جسم کے ساتھ آپ کے ذہن کو بھی انتشار سے بچانے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔

ارے ارے کائون کی اتنی زیادہ تعریفیں سن کر آپ حیران مت ہوں۔ ایسا کیجئے تجربہ کر کے دیکھ لیجئے۔ محض ایک ہفتہ اپنے ہر طرح کے لباس میں صرف کائون کے

سوئی لباس کا انتخاب

حصرات ہوں کہ خواتین زیادہ سے زیادہ سوئی لباس کو ترجیح دیجیے۔

سوئی لباس ہی کیوں....؟

سوئی لباس کا انتخاب ہر موسم میں سب سے بہترین ہے۔ یہ آپ کے جسم کو آرام پہنچاتا ہے اور قدرتی آرگینک منیریل سے تیار ہونے کے باعث اس کے پہننے والوں کو جلدی الرجی skin allergies ہونے کے امکانات بہت ہی کم ہوتے ہیں کہ نہ ہونے کے برابر ہوتے ہیں۔

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی اکثر اپنے مریضوں کو کائون کا لباس پہننے کی ہدایت دیتے ہیں۔ ایک نشست میں اس کی افادیت بیان کرتے ہوئے انھوں نے بتایا کہ سوئی

مئی 2015ء



روز پودوں کو پانی دیجیے

پودوں کو پانی دینے کی عادت ڈالئے۔ اگر آپ کا گھر چھوٹا ہے یا آپ بڑے درخت یا پودے نہیں لگا سکتے تو ایک چھوٹا سا سنی پلانٹ یا گلد ر کھ لیجیے۔ کچھ نہیں تو اس میں ہر ادھنیہ ہی ڈال دیجیے۔ بس اس کا روز خیال رکھنا ہے۔ اچھا ہے آپ کے ہاتھ کی لگی سبزی گھر میں لگے گی یا پھر ہر ادھنیہ اس میں ڈلے گا تو آپ خوشی کے جس احساس سے گزریں گے وہ ہم نہیں آپ ہی ہمیں اور دوسرے کی لڑائیوں کو بتائیں گے۔

اور ہاں.... جب پودوں یا ایک ہی پودے کو پانی دیں تو اسے مسکرا کر ضرور دیکھئے گا۔ اب یہ پڑھ کر آپ ایسے ہی مسکرا دیئے۔ بلکہ کچھ دوست کو ہنس پڑے۔ دیکھئے اس کی ایک پوری سانس و جذبے جو ہم اگلی اقساط میں بیان کر دیں گے۔ مگر فی الحال یہ سمجھ لیجئے کہ اس کے پانی ڈالنے کے فوائد ان گنت ہیں اور بہت اس عمل کے مثبت اثرات ہیں۔ جن پر تفصیل سے بات کریں گے۔ انشاء اللہ۔

اب آجائے خاص تکنیک کی جانب

ماسنڈ فلکس تکنیک

اگر میں آپ سے پوچھوں کہ آپ کی سب بڑی خواہش کیا ہے جو آپ اس تکنیک کے ذریعے پورا کرنا چاہیں۔ تو شاید کئی قارئین سوچ میں پڑ جائیں گے۔ وجہ اس کی یہ نہیں کہ آپ کی کوئی خواہش نہیں۔ بلکہ حقیقت یہ ہے کہ

ہزاروں خواہشیں ایسی کہ ہر خواہش پے دم نکلے تو جناب اب مسئلہ یہ ہے کہ ان ہزاروں خواہشوں



بنے ہوئے لباس کا انتخاب کیجئے اور پھر ایک ہفتے بعد دوسرے

میٹرل کا استعمال کیجئے فرق آپ خود محسوس کریں گے۔ تو اب کاٹن پہننے کی مشق آج سے ہی شروع کر دیجیے۔ ایسا نہیں ہے کہ صرف کاٹن ہی پہننا ہے۔ ہم نے کہا زیادہ سے زیادہ کاٹن کے لباس کا استعمال کیجئے۔ یعنی تیس دنوں میں کم سے کم پچیس دن تو ضرور سوئی لباس پہنئے۔ اس دوران ایک خاص کام جو آپ نے کرنا ہے وہ یہ کہ اپنے لباس کے لمس کو محسوس کرنے کی کوشش کیجئے۔ محسوس کیجئے کہ یہ لمس کس قسم کا ہے یا اس سے بے آرامی محسوس ہو رہی ہے۔ آپ کا جسم اس لباس کے لیے چھین کا احساس ہے یا نرمی کا خوش گوار احساس ہے۔

یہاں آپ اعتراض کر سکتے ہیں جناب چھوٹی موٹی دعوئوں میں بھی کیا سوئی لباس پہنیں! تو بھی مرد حضرات کو شاید اس پر اعتراض نہ ہو مگر ہم پہلے سے بتائے دیتے ہیں کہ خواہشیں کے لیے بھی بہانے کی گنجائش اس لئے نہیں ہے کہ اب پاکستان میں لان مختلف برانڈز اور ناموں کے ساتھ ایسے دیدہ زیب پرنٹ اور ڈیزائن میں دستیاب ہے کہ یہ لباس آسانی دعوئوں میں بھی پہنے جاسکتے ہیں۔ اس کا دہرہ فائدہ یہ ہے کہ ایک تو آپ فیشن اہل کی لسٹ میں آجائیں گی اور دوسرے آپ کے جسم کے ساتھ آپ کا ذہن بھی آرام محسوس کرے گا۔ اس طرح آپ دعوت سے بھی زیادہ لطف اندوز بھی ہو سکیں گے۔

کرتے ہیں ماسٹر فلنسیس ٹینک کی اس کا پہلا مرحلہ پیش خدمت ہے۔

سب سے پہلے اپنے گھر میں اپنے سب سے پسندیدہ گوشے کا انتخاب کیجئے۔

یہ پسندیدہ گوشہ آپ کے کمرہ میں بھی ہو سکتا ہے یا کسی اور حصے میں بھی جیسے کہ ڈرائنگ روم یا میز یا پھر برآمدہ۔ یہاں پسندیدہ سے مراد آپ کے گھر کا وہ حصہ ہے جہاں آپ خود کو پرسکون اور خوش محسوس کر سکتے ہیں۔ نوٹ کیجئے کہ آپ اپنا زیادہ وقت کہاں گزارتے ہیں۔ خاص طور پر جب گھر میں کسی سے اختلاف رائے ہو جائے یا چار کوئی اسی بات کہ آپ تھوڑی دیر کے لئے الگ تھلک بیٹھنا چاہیں تو کہاں کا رخ کرتے ہیں۔

جگہ چاہے کوئی بھی ہو۔ آپ کی پسندیدہ ہو اور آپ وہاں نسبتاً زیادہ آرام دہ اور کمفرٹ میبل محسوس کریں۔

اب بیٹھنے کے لئے آرام دہ نشست کا اہتمام کیجئے۔ اگر فرش پر بیٹھ جائیں تو بہت اچھا ہے۔ فرش کی سختی سے بچنے کے لئے کوئی کٹن یا گدار کھ لیجئے۔ یہ آپ کی مرضی۔

بزرگ یا جو دوست گھٹنوں میں درد یا کسی اور تکلیف کی وجہ سے نیچے نہ بیٹھ سکیں وہ کرسی پر یا اپنے بستر پر بیٹھ جائیں۔

بہر حال فرش پر بیٹھنا ہر طرح سے بہتر ہے۔ لیکن پابندی نہیں۔

اب بالکل آرام سے بیٹھ جائیے۔ چاہے تو آلتی پالتی مار کر بیٹھ جائیں یہ زیادہ بہتر ہے۔ اگر گھٹنوں میں درد ہے یا آلتی پالتی مار کر نہیں بیٹھ سکتے تو کوئی



میں سے اصل میں ہم کیا چاہتے ہیں؟ چند قریبی دوستوں نے جواب دیا کہ ہزار خواہشیں پوری ہونے کے باوجود بھی ایک کمی سی کچھ ادھورا پن سارہ جاتا ہے یا کئی دوستوں کا کہنا ہے کہ جب خواہش یا مقصد پورا ہو جائے ہے تو لگتا ہے کہ اصل میں ہماری خواہش یا گول یہ نہیں تھا بلکہ یہ تھا....

اگر آپ اس ٹینک سے بھرپور فائدہ اٹھانا چاہتے ہیں تو پھر اس کے لئے سب سے پہلے اپنے ذہن کو چھاننا ضروری ہے۔ یاد رکھئے ذہن خلی نہیں کرنا بس ذہن کی وارڈوب کو ترتیب دینا ہے۔ اس عمل سے آپ باآسانی اپنی خواہشات کو اپنی چاہ کو صحیح معنوں میں سمجھ سکیں گے۔ یہ اس ٹینک کا پہلا مرحلہ ہے۔ یاد رہے اس ٹینک کے ساتھ مندرجہ بالا مشقوں کا جاری رہنا بھی ضروری ہے۔ جس میں ہم بتدریج اضافی بھی کرتے چلے جائیں گے۔

یہ اسی سلسلے کی ابتدائی مشق ہے۔ اسے آپ ماسٹر فلنسیس میڈیٹیشن بھی کہہ سکتے ہیں۔ سٹرپس اور ڈپریشن سے نجات میں ان مشقوں کے انتہائی حیران کن اور مثبت نتائج سامنے آئے ہیں اور جن خواتین حضرات کو بھی یہ میڈیٹیشن کروائی گئی انہوں نے انتہائی خوشی اور سکون محسوس کیا۔ مگر یہ بھی ذہن میں رکھیے کہ اس میڈیٹیشن کے اثرات تو آپ کے جسم اور ذہن پر ابتداء سے ہی مرتب ہونا شروع ہو جائیں گے۔ مگر نتائج سامنے آنے کے لئے بتائی گئی تمام مشقوں اور ہدایات پر باقاعدگی سے عمل کرنا ضروری ہے۔

تو جناب ماسٹر فلنسیس کی ان مشقوں کے ساتھ اب بات

بات نہیں آپ کسی بھی آرام وہ حالت میں بیٹھ جائیے۔
اب اپنے جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیجیے لیکن کمر اور
گردن کو سیدھا رکھیے۔

دھیان رہے کہ آپ نے کمر اور گردن کو سیدھا
رکھنے کی کوشش کرنی ہے اسے اکڑانا نہیں ہے۔ اگر کمر
میں درد ہے یا درد محسوس ہو تو فیک لگا لیجیے۔

اب آپ آنکھیں بند کر لیجیے۔ اس لمحے اگر کوئی
خیال آپ کو آنکھیں بند کرنے سے روکے تو اسے نظر
انداز کیجیے۔ خیالات چاہے کتنی ہی رفتار سے آنا شروع
ہوں انہیں آنے دیجیے، جانے دیجیے۔

اب یقیناً آپ سانس تو لے رہے ہیں۔ سانس لینے
کے دوران جو ہوا اندر داخل ہو رہی ہے اور خارج
ہو رہی ہے اس پر اپنی توجہ مرکوز کیجیے۔ اس ہوا کو
محسوس کرنے کی کوشش کیجیے سانس لینے ہوئے پیٹ کو
پھلائے اور سانس خارج کرتے ہوئے پیٹ کو اندر
کریجیے۔ اس مشق میں خود کو اتنا ماہر کر لیجیے گا کہ آپ
سانس کچھ دیر کے لیے روک سکیں۔ خیر یہ تو آگے کا
مرحلہ ہے۔ ابھی تو بس اپنی ساری توجہ اس ہوا پر رکھیے
جو سانس کی آمد و رفت میں جسم کے اندر جاری ہے اور
باہر خارج ہو رہی ہے۔

سانس کی اس مشق کے دوران دوسرا کام جو آپ
نے کرنا ہے وہ یہ کہ آنے والے خیالات یا کوئی بھی
احساس خوشی کا ہو تو کیا ہی اچھی بات ہے، مگر کسی تکلیف
درد کا بھی ہو یا کوئی اندیشہ غم پریشانی کا ہو اس سے بالکل
بھی نہیں گھبرانا ہے۔ انہیں قبول کیجیے کسی بھی احساس
کو زبردستی مت جھٹکیے۔

اور سب سے اہم آپ آنے والے ان خیالات اور
احساسات کو کوئی نام مت دیجیے۔ یہ اچھے ہوں یا برے
خوشی کے ہوں یا غم کے۔

بس اپنی توجہ سانس پر مرکوز رکھیے گا۔ اس ہوا
کو گہرائی سے محسوس کرنے کی کوشش کرتے رہیے جو
آپ کے جسم میں داخل ہو کر آپ کو آکسیجن فراہم
کر رہی ہے اور کاربن ڈائی آکسائیڈ کی صورت میں
زہریلے مادوں کو باہر نکال رہی ہے۔ بس محسوس کیجیے
کہ آپ اس دنیا میں وجود رکھتے ہیں۔

ایک ان دیکھی ان چھوٹی ہوا ہے جو آپ کے
سانس لینے کے دوران ناک کے نختوں سے آپ کے
جسم میں داخل ہوتی ہے اور سانس باہر نکالتے ہوئے
آپ کی تمام تھکاوٹ اداسی پریشانی مایوسیاں ساتھ لے کر
باہر نکل جاتی ہے۔

اور پھر نئی تازہ ہوا جسم میں داخل ہوتی ہے اور
یہی عمل بار بار دہراتی ہے۔
اس لمحے احساس کیجیے کہ آپ کے جسم کی صفائی کا
کتنا اہم عمل قدرتی طور پر جاری و ساری ہے اور آپ کو
اس کی خبر تک نہ تھی۔

احساس کیجیے کہ آپ اس دنیا میں وجود رکھتے ہیں
احساس کیجیے کہ قدرت نے آپ کے حصے کی ہوا
آپ کے لیے مختص کر دی ہے کیونکہ آپ دنیا میں
موجود ہیں۔

پھر چاہے آپ کسی آدمی کے لئے اہمیت رکھیں یا نہ
رکھیں قدرت کے لئے آپ اہم ہیں۔ قدرتی وسائل
آپ کے لئے اپنی ذمہ داریاں پوری کر رہے ہیں۔ اس
خدمت پر پر نہ تو کوئی بل ہے نہ ٹیکس اور نہ ہی
کوئی اور ادائیگی۔

اس میڈیٹیشن میں دورانیے کی کوئی قید نہیں جتنی
دیر آسانی سے بیٹھ سکیں اسی احساس میں بیٹھیے۔ جب
جسم کو عادت ہونے لگے تو دورانیہ کم سے کم
دس منٹ رکھیے۔

مید-ٹیشن کے بعد تھوڑی دیر اسی حالت میں رہے۔ ایک دم سے یا فوری نہیں اٹھنا ہے۔ آنکھیں بھی آہستہ آہستہ کھولنی ہیں۔

اس مشق کو اس طرح سمجھ سکتے ہیں کہ یہ بالکل ایسے ہی ہے جیسے کبھی آسمان پر اڑتے پرندوں یا کسی خوبصورت نظارے پر ہماری توجہ اتنی گہری ہو جاتی ہے کہ نہ تو ٹریفک کا شور ہمیں ڈسٹرب کرتا ہے نہ کسی کی موجودگی اس اٹھناک میں حائل ہوتی ہے۔ ہم آس پاس کے ماحول سے بے خبر ہو کر اس منظر سے لطف اندوز

ہوتے رہتے ہیں۔ بالکل اسی طرح آپ اپنی سانس کے آنے جانے سے لطف اندوز ہوئے۔

مانند فل نیس کے بارے میں کوئی سوال ذہن میں آئے یا کسی مشق کے حوالے سے کوئی وضاحت درکار ہو تو روحانی ڈائجسٹ کے پتے پر بذریعہ ای میل یا خط رابطہ کر سکتے ہیں۔ انشاء اللہ اگلی قسط میں ہم اس کے مزید مرحلوں اور مشقوں پر بات کریں گے۔

(حباری ہے)



پاکستان ہیر الڈ پبلیکیشنز پرائیویٹ لمیٹڈ اور ڈان میڈیا گروپ کے ڈائریکٹر مسعود حامد، جمعہ 17 اپریل 2015ء کو کراچی میں نامعلوم افراد کی فائرنگ سے جاں بحق ہو گئے۔

اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْنَ



ان کی عمر 57 برس تھی، مسعود حامد مرحوم کی نماز جنازہ اور تدفین میں عزیز و اقارب کے علاوہ دوستوں، ان کے دفتر کے ساتھیوں، پرنٹ اور الیکٹرانک میڈیا، ایڈورٹائزنگ سے تعلق رکھنے والے لوگوں اور مختلف شعبوں سے تعلق رکھنے والی شخصیات نے شرکت کی۔

مسعود حامد پچھلے 28 برس سے پاکستان ہیر الڈ پبلیکیشنز پرائیویٹ لمیٹڈ سے وابستہ تھے، اپنی بہترین قائدانہ صلاحیتوں کے باعث مسعود حامد نے ڈان گروپ کے لیے بہترین مارکیٹنگ ٹیم تشکیل دی۔

مسعود حامد آل پاکستان نیوز پیپر سوسائٹی (اے پی این ایس) آل پاکستان نیوز پیپر سوسائٹی کے سیکرٹری جنرل بھی رہ چکے ہیں۔ مسعود حامد اخباری صنعت کی ترقی کے لیے بھی متحرک رہے، وہ میڈیا انڈسٹری کی ہر و لعیز شخصیت تھے۔

انہوں نے لواحقین میں اہلیہ، ایک بیٹی اور بیٹا چھوڑا، اور ان کی ایک صاحبزادی بھی صحافت کے شعبہ سے وابستہ ہیں۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ مسعود حامد مرحوم کی مغفرت ہو، انہیں جنت میں اعلیٰ مقام عطا ہو اور پسماندگان کو صبر جمیل عطا ہو۔ قارئین سے بھی مسعود حامد مرحوم کے لیے دعائے مغفرت کی درخواست ہے۔

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کی کتاب

نظرِ بد اور شر سے حفاظت

تیسرا ایڈیشن



قرآنی آیات، احادیث نبوی ﷺ اور اولیاء اللہ کی تعلیمات کی روشنی میں
نظرِ بد، حسد، سحر کی وضاحت اور

ان سے نجات و حفاظت کے لیے اوراد و خائف....

اس کتاب میں جنات کی حقیقت اور انسانوں کے ساتھ جنات کے
رابطوں اور تعلقات کا تذکرہ بھی شامل ہے۔

اپنے قریبی تک اسٹال سے طلب فرمائیں یا
بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک گھر بیٹھے منگوانے کے لیے رابطہ کریں

سرکولیشن ڈیپارٹمنٹ، مکتبہ روحانی ڈائجسٹ

1-D, 1/7 ناظم آباد، کراچی 74600۔ فون: 021-36606329

ای میل: manager_roohanidigest@yahoo.com

روحانی ڈائجسٹ



جب حضرت عیسیٰ کی پیدائش سے ڈیڑھ ہزار
برس پہلے وسطی ایشیا کے آریا گھڑ سوار یورپ،
مغربی اور جنوبی ایشیا میں پھیلنے شروع
ہوئے تو جہاں جہاں بھی
انھوں نے بستیاں بسائیں وہاں
وہاں کے ہو رہے۔ یورپ میں یہ
آریا سلاوک اور جرمن ہو گئے۔ ایشیا
میں ایرانی اور جنوبی ایشیا میں
ہندو کہلانے لگے۔

لیے یمن سے آنے والا چادش بھلے کتنی بھی باتاں کر
لے۔ ان حاکمی سو برس بعد بھی اس کی آٹھویں نسل
خواب میں یمن ہی دیکھتی ہے۔ چودہ سو برس پہلے کے
خطبہ حجتہ الوداع کے بعد بھی عربوں کا تصور دنیا آج
بھی دو حصوں میں بنا ہوا ہے۔ عربی (صاحب اللسان)
اور عجمی (اجنبی اور گونگے) جو عرب اس نفسیات سے
بظاہر انکار کریں انھیں ذرا دس منٹ
کرید کے دیکھیے پھر وہ آپ کو
دیکھ لیں گے۔

اور یہ صرف عربوں کا ہی حال نہیں۔ صحرائے
اعظم کا برابر اور ناخبر یا کابلای مسلمان ہو کہ ہمسہ زہ
جنوبی سوڈانی عیسائی راہ۔ خود کو بچ ڈالے گا مگر اپنے
افریقی شناخت کسی قیمت فروخت نہیں کرے گا۔
رہا جنوبی ایشیا تو یہاں کے بنگالی بھلے مسلمان ہوں
کہ غیر مسلم وہ اپنی جڑیں بنگال میں ہی دیکھتے ہیں۔
انھیں زمین زادہ ہونے پر اتنا ہی فخر ہے جتنا ہندو یا
مسلمان یا بودھ ہونے پر۔ یہی حال ملے اور
انڈونیشیائیوں کا بھی ہے۔ عقیدہ بھلے کچھ بھی ہو مگر
جانتے ہیں کہ ان کا جینا مرنا اپنی ہی بھوی سے وابستہ
ہے۔ ان کے پرکھے ہزاروں برس پہلے کہیں سے

آریاؤں کے برعکس سامی النسل یہودی سازھے
تین ہزار سال کی درجہ بندی کے باوجود آج بھی خدا کی
لاڈلی امت کے طور پر کسی و خاطر میں نہیں لاتے۔
لیکن اس دوران انھوں نے کم از کم ایک مرکز ایسا
ضرور بنالیا جو یہ تسلیم کرتا ہے کہ یہودی بھلے کسی بھی
ملک میں رہتا ہو پہلے یہودی ہے پھر کچھ
اور۔ اس لیے دنیا کے کسی کونے سے جو
بھی یہودی چاہے اپنی غیر اسرائیلی
شناخت سمیت اسرائیل میں آباد ہو سکتا ہے۔ آ کے
پھر جاسکتا ہے اور جا کے پھر آسکتا ہے۔
کم و بیش یہی حال سامیوں کے دوسرے گروہ
عربوں کا بھی ہے۔ وہ اسلام سے پہلے بھی عربی تفاخر
میں مبتلا تھے اور اسلام کے بعد بھی عرب عصبیت
دماغ سے نہ نکال پائے۔۔۔ جتنا عرب سعودی ہے اتنا
ہی عرب شامی اور مصری بھی ہے اور جتنا عرب ایک
مسلمان ہے اتنا ہی عرب ایک فلسطینی و لبنانی عیسائی
بھی ہے اور جتنا عرب ایک کویتی سنی ہے اتنا ہی عرب
ایک عراقی شیعہ بھی۔
دکن کی سلطنت عثمانیہ کی فوج میں بھرتی کے

آئے بھی ہوں گے تو ان کی بلا سے۔

مگر (سوائے بنگال) جنوبی ایشیا کے مسلمان کون ہیں؟ اگر تو یہ اسی دھرتی کے ہیں تو پھر باہر کیوں دیکھتے ہیں اور اگر یہ باہر کے ہیں تو پھر جہاں جہاں کے بھی ہیں وہاں وہاں کے انہیں اپنا کیوں تسلیم نہیں کرتے۔ یہ کب تک شناخت کے صحرائیں بھٹکتے رہیں گے اور ان کی روحوں کو کب قرار آئے گا اور دماغ و دل کب سمجھیں گے کہ تمہارا اصل کس مٹی میں ہے؟ کئی لوگ اقبالیات میں پناہ لیتے ہوئے یہ بھول جاتے ہیں کہ ترانہ ہندی کہنے والے اقبال کا پان اسلامک ازم نسلی تفاخر سے نہیں بلکہ سیاسی یکجہتی کی کوکھ سے پیدا ہوا تھا۔

مگر میں جب اپنے گرد و پیش پر نظر ڈالتا ہوں تو بہت کم ایسے مسلمان نظر آتے ہیں جو خود کو ہمیں کا کہتے ہوں اور اپنی شناخت باہر ڈھونڈنے میں محروم محسوس کرتے ہوں۔

آپ خود ہی سوچنے کے محمد بن قاسم سے بہادر شاہ ظفر تک عرب، ایران، افغانستان اور وسطی ایشیا سے زیادہ سے زیادہ کتنے ترک، پٹھان، ایرانی، کرد، کاکیشیائی فوجی، امر، درویش یا ہنرمند آکر برصغیر میں بے ہوں گے؟ دس لاکھ، بیس، تیس لاکھ، پچاس لاکھ، حد ایک کروڑ۔ آج بھارت اور پاکستان میں مسلمانوں کی مجموعی تعداد اڑتیس سے چالیس کروڑ کے درمیان بتائی جاتی ہے (یہ آبادی پورے مشرق وسطیٰ اور شمالی افریقہ کے مسلمانوں سے زیادہ ہے)۔

حقیقت یہ ہے کہ ان چالیس کروڑ میں سے نوے فیصد وہ ہیں جن کے آباؤ اجداد صوفیائے طفیل مسلمان ہوئے۔ لیکن ان میں سے اگر جاٹ راجپوت

اور بنگالی مسلمان نکال دیے جائیں تو باقی سب اپنے ڈانڈے آج بھی برصغیر سے باہر تلاش کرتے ہیں۔

مثلاً سب سے زیادہ سید جنوبی ایشیا میں ہیں اور سب کے شجرے ایران، بخارا اور حجاز سے شروع ہو کر وہیں ختم ہوتے ہیں۔ یقیناً منگولوں کے حملوں کے بعد سے بالخصوص بخارا و سمرقند، ایران اور عربستان سے لوگوں نے برصغیر کی جانب ہجرت کی۔ مگر کیا یہ تمام کے تمام عہد، صوفیاء اور اشرفیہ ہی تھے؟ کوئی ایک آدھ ترکمان، جو لہا، لوہار، مڑ دور اور کاشنکار بھی تو ان علاقوں سے آیا ہو گا؟ وہ آج کہاں ہیں؟

کہا جاتا ہے ہندوستان پر مسلمانوں نے ایک ہزار برس حکومت کی۔ خاندانِ علماں سے مغلوں تک سب یہیں آکر رہے، مقامی رسوم و رواجات سے بھی متاثر ہوئے اور اپنی روایات سے مقامی لوگوں کو بھی متاثر کیا۔ دفن بھی یہیں ہوئے لیکن خود کو مرثیہ و مہک ہندوستانی کے بجائے ترک، مغل اور افغان بچے ہی کہتے رہے اور کہتے ہیں۔ یہ بھی قابل غور ہے کہ سلطنتِ مغلیہ کے زوال کے بعد سے بیشتر مغل آخر پنجاب میں ہی کیوں پائے جاتے ہیں؟ پاکستان کے دیگر صوبوں میں اتنے کیوں دکھائی نہیں دیتے۔ اور ساری مغلیتِ مغلی کھانوں پر ہی کیوں ختم ہو جاتی ہے۔

اسی طرح بہت سے پشتونوں کا خیال ہے کہ وہ مقامی یا آریائی النسل نہیں بلکہ بنی اسرائیل کا بار ہواں گمشدہ قبیلہ ہیں۔ تو پھر باقی گنہارہ قبیلوں کے وارث انہیں کیا گمشدہ بھائی تسلیم کیوں نہیں کرتے....؟

سندھی اتنے قوم پرست ہیں کہ مرسوں مرسوں سندھ نہ ڈیسوں۔ لیکن جہاں جڑوں کی بحث چھڑتی ہے تو کلہوڑے اور داؤد پوترے فوراً سلطنت

اسی سبب ان مقامات سے ان کی عقیدت بھی باقی دنیا کے مسلمانوں کے مقابلے میں دو چند ہے لیکن جب انھی مسلمانوں کا آج کے کسی ایرانی، ترک یا عرب سے سامنا ہوتا ہے تو وہ انھیں ہندوستانی اور پاکستانی کے کچھ نہیں سمجھتا۔ اپنے ہی ملک میں تین تین نسلوں سے آباد بہت سے برصغیر یوں کو شہریت دینا تو کجا انھیں رفیق اور مسکین سے اوپر اٹھ کر کہنے پر آمادہ نہیں۔ اس کے باوجود برصغیر کا مسلمان اپنی اصل شناخت کو کھو جانے اور اس پر فخر کی عادت ڈالنے کے بجائے اپنے بدیسی شجرے سنبھال سنبھال کے خود ہی خوش ہوتا رہتا ہے۔

جب تک اندر کے جانے باہر کی طرف دیکھنے کی عادت رہے گی تب تک نہ لہی لگا ہوں میں لہی تو قیر ہو سکتی ہے اور نہ دوسروں کی نظروں میں۔ پتھر لہی جگہ پر ہی بھاری ہوتا ہے۔ مگر یہ محاورہ سچ ہونا تب ہی ممکن ہے کہ خود کو غیر برصغیری سمجھنے والے مسلمانوں سے آزاد کرنے کی اجتماعی کوشش کی جائے اور ان مسلمان قوموں سے سبق لیا جائے جو لہی لہی شناخت پر فخر کرتی ہیں مگر ان کا اسلام بھی خطرے میں نہیں پڑتا۔ آپ یہاں کے ہیں اور یہیں کے ہی رہیں گے۔ بھلے آپ مانیں یا نہ مانیں۔ دوسرے آپ کو یہی ماننے ہیں....

بشکر ہر روز نامہ ایکسپریس



عباسیہ سے رشتہ جوڑ لیتے ہیں۔ تالپور، چانڈیہ، جتوئی، زرداری وغیرہ بلوچ ہیں اور بلوچ خود کو کردوں کا ایک قبیلہ سمجھتے ہیں۔ صرف براہوی ایسے ہیں جو خود کو یہیں کا کہتے ہیں۔ سومرہ جانے کب سے سندھی ہیں مگر گنگو میں وہ آپ کو عربستان سے لہی آمد کا بتانا نہیں بھولیں گے۔ سید ایسوسی ایشن بھی آپ کو سندھ میں ہی ملے گی۔

سندھ کے سٹا قبائل خود کو یہیں کا بتاتے ہیں لیکن کسی کو بھی یہ کہنا سنا اچھا نہیں لگتا کہ ان کے پرکھے راجہ داہر کی بھی رعایا یا ہم مذہب رہے ہوں گے۔ میں بہت سے سندھی دوستوں کو جانتا ہوں جو خود کو فخریہ سٹا بھی کہتے ہیں اور اگلی سانس میں یہ بھی جتاتے ہیں کہ وہ محمد بن قاسم کے ہمراہ فوراً بعد سے یہاں آباد ہیں۔ آخر میں صرف کوہلی، بھیل، میٹھواڑ اور ٹھاکر ہی بچتے ہیں جو سندھ میں نہ کہیں گے۔ آئے نہ کہیں گے۔

میں از فیض دور کے تعلیمی نصاب میں کم از کم اتنا ضرور تھا کہ موہن جو دڑو، ہڑپہ اور نیکسلا کو بھی پاکستان کا تہذیبی ورثہ قرار دیا جاتا تھا۔ لیکن اب سے پانچ برس پہلے جب میں نے موہن جو دڑو میوزیم کے ایک کیوریٹر سے ان آثار کی بنیاد پر بحث کی تو اس نے کہا

”یہ تو ہندوؤں کا ورثہ ہے۔ ہندو تو اب یہاں سے چلے گئے۔ ہم سے جتنی دیکھ بھال ہو سکتی ہے کر رہے ہیں۔ ابھی اور کیا کریں سائیں“

ایک جانب تو برصغیر کے مسلمانوں کی اکثریت کا یہ خیال ہے کہ ان کی رگوں میں آج بھی وسطی ایشیا سے لے کے حجاز اور یمن تک کا خون دوڑ رہا ہے اور

مئی 2015ء

غلط زبان گوارا

بدتہذیب زبان نامنظور

غالب اور
اقبال ٹھیک ہی
کہتے تھے۔ اردو زبان
میں وہ فارسی جیسی
وسعت نہیں۔ اس کا
دامن تنگ ہے۔ ہر بات کہنے
کا بس ایک ہی ڈھنگ ہے۔ کسی کو بے حیا

کہنا ہو تو زیادہ سے زیادہ بے شرم کہہ سکتے ہیں۔ یہی
صورت بے شرم کہنے کی ہے۔ ہاں اگر اردو روایت کو
توڑ کر ڈوب مرو کہا جائے تو اس میں ڈال آتی ہے، گویا
یہ ہندی ترکیب ہے جس میں گنگا جمنی مٹی کی بو صاف
چھلکتی ہے۔ ڈال والا اصول اختیار کیا جائے تو ایک
انکشاف اور ہوتا ہے۔ وہ یہ کہ اردو زبان میں گالیاں
بھی نہیں۔ اردو میں دشنام طرازی کی بہت سی بنائی
جائے تو اکثر سسرالی رشتے داروں کے
نام آتے ہیں۔ میں یوپی کے جس علاقے
میں پیدا ہوا تھا وہاں رواج پانے والی
گالیوں میں ایک گالی

”سورا“ بھی تھی جو یقیناً شوہر کی بگڑی ہوئی
شکل ہے۔
میں جس وقت یہ سب کچھ لکھ رہا ہوں، صبح کا
وقت ہے اور میں پاکستان کی پارلیمان میں ہونے والی
(دیکھئے کیسا اچھا فارسی لفظ ذہن میں آیا) چشمہ نشا
گفتگو سن چکا ہوں۔ اسی کے بعد یہ احساس ہوا کہ
انگریزوں کے نگر میں چالیس سال گزارنے کے بعد
آج احساس ہوتا ہے کہ کمبخت زبان کے معاملے میں
بڑے ہی عیار ہیں۔ (میرے لفظ کمبخت پر غور کیجئے،
آہستہ سے کہا جائے تو اس میں ڈالار جھلکتا ہے، چیخ کر

وہ بھی اسی خوبی سے کہ نہ قابل دست اندازی،
پولیس ہو نہ تھانہ پھری کی نوبت آئے۔ یہی سبب
ہے کہ اردو میں کئی جانے والی جتنی ناگوار اور
نازیبا باتوں کی برطانیہ سے شکایت کی گئی ان کا حشر
سب جانتے ہیں۔ جب ان ہی (پھر فارسی لفظ میری
مدد کو آئے) ناگفتہ بہ باتوں کا انگریزی میں ترجمہ کیا
گیا تو لندن سے جواب آیا کہ اس میں تو ایسی کوئی بات
نہیں کہ پولیس کی دوڑیں لگ جائیں۔ یہ الفاظ اتنے
ناقص تو نہیں۔ ان میں تھوڑی سی ہو تو ہو کچھ زیادہ
ہتک عزت کم سے کم ہم برطانیہ والوں کو نظر نہیں
آتی۔ اس پر ہمارے بھائی لوگ صاف نچا نکلے۔ یوں

بھی خدا جانے کون کہاں بیٹھا اپنے چٹکار دکھا رہا ہے کہ وہ کچھ بھی کہیں، چھوٹ جاتے ہیں۔

ایک بات سچ کچ کہوں تو یہ ہے کہ اردو کسی زبان کا نام نہیں۔ یہ کوئی بھاشا نہیں، کوئی لیگتوج نہیں۔ اردو ایک تہذیب کا نام ہے۔ یہ زندگی کے ایک ڈھنگ کا، ایک طور اور ایک طریقے کا نام ہے۔ یہ بول چال، رکھ رکھاؤ، زندگی بسر کرنے کے ایک قرینے کا دوسرا نام ہے۔ اردو اصل میں لشکر کو کہتے ہیں۔ اس لحاظ سے دیکھئے تو اس میں فرد نہیں آتا، معاشرہ آتا ہے۔ یہ ایک اجتماع کے رویے کا نام ہے۔ لفظ اردو ترکی کے علاوہ منگولوں کی زبان میں بھی ہے۔ وہی زبان جس میں رہائش کے خیمے کو ”گھر“ کہا جاتا ہے۔ اسی میں ہر نئی بیوی کے لئے بنائے جانے والے گھر کو ”اردو“ کہتے ہیں۔ گویا یہ لفظ کسی فرد کے نہیں، کسی کنبے یا گھرانے کے اجتماعی ادب و آداب کا آئینہ دار ہے۔ یہ نہ تمیز سے خالی ہے نہ تہذیب سے تہی۔

اسی بحث میں یہ بات بھی قابل غور ہے کہ دنیا کی تمام دوسری زبانوں کے برعکس زبان اردو میں شعر و شاعری، افسانے، ناول اور سوانح کو ادب کہا جاتا ہے۔ آسان لفظوں میں یوں سمجھئے کہ جس صنف کو دنیا لٹریچر کہتی ہے، ہم ادب کہتے ہیں۔ ادب اردو کے ان گئے چنے لفظوں میں شامل ہے جس کے درجن بھر متبادل مل جائیں گے، مثلاً لحاظ، مروت، تمیز، تہذیب، سلیقہ، قرینہ، شائستگی، دستور، مراتب، تعلیم، پاس اور توقیر۔ یہ سب ملتے ہیں تو ادب بنتا ہے۔ ایسے میں وہ لوگ جو خود کو اردو اسپیکنگ کہتے ہیں یا کہلاتے ہیں ان کو تو ادب کی ایسی

مثال بن کر لب کشائی کرنی چاہئے (یا اہل لکھنؤ کی نسبت سے) کرنا چاہئے کہ دنیا دیکھا ہی کرے لیکن اب حال یہ ہے کہ آٹھ آٹھ آنسو رونے کو جی چاہتا ہے۔ فرماتے ہیں کہ اگر کسی نے فلاں کی شان میں گستاخی کی تو عوام اسے جوتے مارے گی۔ مکرر عرض ہے کہ عوام جوتے مارے گی۔ اس کو کہتے ہیں بے ادبی۔ اسی کا دوسرا نام زبان کی بے حرمتی، یہی ہے زبان کی بے توقیری۔ اول تو کسی مہذب معاشرے میں جوتے مارنے کی بات سخت بد تہذیبی ہے۔ پھر وہ بھی عوام کے ہاتھوں۔ سوچئے وہ عوام کیسے ہوں گے جو کسی کو جوتے ماریں گے۔ یہاں تک بھی غنیمت ہے لیکن جو بات قطعی منظر نہیں وہ یہ لہجہ کہ عوام مارے گی۔ بے چارے عوام، غریب، سادہ لوح، تہذیب یافتہ عوام لفظ بھر میں مونٹ بنا دیئے گئے۔ وہی عوام جو کبھی ظلم کے خلاف اٹھ کھڑے ہوتے ہیں جو کاغذ امرا کے درو یوار ہلا دیتے ہیں اور وہ عوام جو ستم کا نشانہ بھی بنتے ہیں ان کی کلائیوں میں چوڑیاں کیسے ڈال دی گئیں، اور وہ بھی ان لوگوں کے ہاتھوں جنہیں اپنے اہل زبان ہونے پر ناز ہو۔ ایسے لوگوں کو خواص تو شاید کچھ نہیں کہیں گے البتہ عوام ان کے لئے جو لفظ ادا کریں گے اس لفظ کے بس ایک دو ہی متبادل ہیں، وہ بھی کمزور اور بودے۔

اردو کے بارے میں رشید احمد صدیقی مرحوم نے کیا اچھی بات کہی تھی کہ زبان کے علاوہ اردو بہت کچھ اور بھی ہے، جیسے ایک قیمتی ورثہ، ایک قابل قدر روایت، ایک نادر آرٹ، ایک مسحور کن نغمہ، قابل فخر کارنامہ، کوئی بیان و قایا اس طرح کی کتنی اور باتیں جو محسوس ہوتی ہیں لیکن بیان نہیں ہو پاتیں۔

انہوں نے یاس عظیم آبادی، جگر مراد آبادی اور اصغر گوٹروی جیسے شاعروں کو لاہور بلایا، اسی زمانے میں سیاب اکبر آبادی اور ساغر نظامی بھی لاہور آگئے تو لاہور کا یہ حال ہوا جیسے بارات میں شہنائیاں بجنے لگی ہوں۔ لاہور میں ہر طرف شعر و شاعری کے چرچے شروع ہو گئے۔ پھر مر عبدالقادر مرحوم موجود تھے اور وہ تو بجائے خود ایک ادارہ تھے۔ تو وہ دور ہم نے دیکھا ہے اپنی آنکھوں سے۔ لوگ بڑھ چڑھ کر شاعروں کو داد دیتے تھے۔ آپس میں معاصرانہ چٹک بکیتی ہوتی تھی لیکن گالی گلوچ تک نوبت نہیں آتی تھی۔ تو لاہور کا وہ دور پھر ہم نے نہیں دیکھا۔ اجاڑ ہو گئے عہد کہن کے بیٹھانے گزشتہ بادہ پرستوں کی یادگار ہوں میں۔“

جس وقت یہ باتیں کہی جا رہی تھیں، عاشق حسین بٹالوی نہیں بول رہے تھے، ایک دور بول رہا تھا، ایک عہد بول رہا تھا اور ہم نے باادب ہو کر انہیں جھکائی تھیں۔



پاکستان میں خدا جانے کس نے طے کر لیا ہے کہ اردو ہندوستان سے آئی ہے۔ اب کون انہیں سمجھائے کہ پاکستان کبھی ہندوستان تھا۔ یہ اعزاز شہر لاہور کو حاصل ہے جہاں آج کی اردو نے آنکھیں کھولیں اور چلنا سیکھا۔ ڈاکٹر عاشق حسین بٹالوی کے یہ الفاظ میری یادداشت کے ذخیرے میں محفوظ ہیں کہ۔ ”علم و ادب کی ترقی اور فروغ کے اعتبار سے سب سے زیادہ زر خیز اور بھرپور دور جو میں نے لاہور میں دیکھا ہے وہ دور دوبارہ نہیں آیا۔ لاہور کے اور نکل کالج میں ڈاکٹر شیخ محمد اقبال، پروفیسر شیخ محمد شفیع، حافظ محمود شیرانی، گوگرنمنٹ کالج میں پطرس بخاری اور پھر اقبال خود اور اس کے علاوہ مولانا ظفر علی خاں۔ ہندوؤں میں لاجپت رائے، تلوک چند محروم، میٹا رام وفاء، وستا پرشاد فدا، ٹانک چند ناز، اودے سنگھ شائق، کرپال سنگھ بیدار، سوہن لال ساحر جیسے بے شمار ہندو شعرا تھے۔ مولانا تاجور نجیب آبادی کی ساری عمر لاہور میں گزری۔ انہوں نے وہاں اردو مرزا قائم کیا جس میں کام کرنے کے لئے

ایک کروڑ بیس لاکھ بچے تعلیم سے محروم



اقوام متحدہ کی رپورٹ کے مطابق مشرق وسطیٰ میں تعلیمی شعبے میں بہتری کی کوششوں کے باوجود بارہ مہینے سے زائد بچے تعلیم سے محروم ہیں۔ ان اعداد و شمار کو پریشان کن قرار دیا جا رہا ہے۔ رپورٹ میں گزشتہ ایک دہائی کے دوران بچوں کی تعلیم کے لیے کیے جانے والے اقدامات کا جائزہ لیا گیا ہے۔ اس رپورٹ میں انکشاف کیا گیا کہ اس خطے میں اسکولوں کی تعداد میں اضافے کے باوجود تعلیم حاصل کرنے والے بچوں کی تعداد میں کمی واقع ہوئی ہے۔ ان اعداد و شمار میں عراق اور شام میں جاری تنازعات سے متاثر ہونے والے بچوں کو شامل نہیں کیا گیا ہے۔

ڈاکٹر صاحب سے میری پہلی ملاقات آج سے پندرہ سال پہلے ہوئی جب میں سڑک پر کھڑا برف کا گولا کھا رہا تھا۔ گرمی بہت زیادہ تھی، برف کا گولا تو مجھے سردیوں میں

بھی اچھا لگتا ہے۔ لہذا گرمیوں میں تو میں ڈھونڈ ڈھونڈ کے گولے کھاتا ہوں۔ حسب معمول میں رنگ برنگ گولا چوس رہا تھا کہ ایک صاحب میرے قریب آئے اور آہستہ سے بولے

”محترم! یہ بہت نقصان دہ ہوتا ہے۔“ میں نے چونک کر دیکھا تو ایک انتہائی مدبر صاحب، نینک لگائے کھڑے تھے۔ میں نے لاپرواہی سے پوچھا ”اس میں کیا نقصان ہے؟“ انہوں نے کچھ دیر میری آنکھوں میں دیکھا، پھر ٹھنکے بولے ”اس میں چینی کی بجائے سکرین استعمال ہوتی ہے اور اوپر جو رنگ ڈالے جاتے ہیں وہ بھی انتہائی مضر صحت ہوتے ہیں، ہزار قسم کی بیماریاں لگ سکتی ہیں۔“ میں نے یہ سنتے ہی بوکھلا کر گولا سڑک پر پھینک دیا۔

اس کے بعد ڈاکٹر صاحب سے میری باقاعدہ دوستی شروع ہو گئی۔ میں نے ان جیسا مطالقی پسند انسان کبھی نہیں دیکھا، ہاتھ دھونے سے پہلے بھی ہاتھ دھوتے تھے، انہیں جراثیم کا پتہ تھا، میں نے انہی کے کہنے پر ٹوتھ پیسٹ کے ساتھ ساتھ ماؤتھ واش بھی استعمال کرنا شروع کیا، اپنے کھانے کے برتن علیحدہ کر لیے، تولیہ علیحدہ کر لیا اور ہر چیز چھان چھانک کر کھانے لگا۔ مجھے جلیبیاں کھانے کا بہت شوق تھا لیکن جب ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ جلیبیاں شوگر کا باعث بنتی ہیں اور ان میں ہزار قسم کے جراثیم ہوتے ہیں تو میں نے بادل خواست جلیبی سے بھی منہ موڑ لیا۔

میں جب بھی ڈاکٹر صاحب سے ملنے جاتا، مجھے لگتا کہ ڈاکٹر صاحب کے پاس موت و حیات دینے کے ایک سو ایک طریقے ہیں۔ انہیں ہر بیماری کی دوا کا علم تھا لہذا وہ منزل وائر پیسے، تیز مرچوں والے سائن سے پرہیز کرتے، اہلی ہوئی خواتین سے پرہیز کرتے اور چائے کا کپ پکارتے ہوئے بھی ہاتھ پر ٹشو پیپر لپیٹ لیتے۔ ڈاکٹر صاحب کی وجہ سے میری زندگی میں بہت تبدیلی آ گئی، میں نے نہر میں نہانا چھوڑ دیا، پراٹھوں سے پرہیز شروع کر دی اور مٹی والی جگہوں سے دور رہنا شروع کر دیا۔ میرے سب ملنے چھنے والے مجھ

جرائشیم

منیست یہ تھی کہ میں جہاں بھی نظر دالتا مجھے جراثیم ہی جراثیم نظر آتے اور یوں لگتا جیسے موت مجھ پر حاوی ہونے کی کوشش کر رہی ہے۔

سے جھگ آنے لگے، کئی ایک نے تو یہاں تک کہہ دیا کہ تم پاگل ہو گئے ہو۔ میں ان کی باتیں سن کر دل ہی دل میں ہنستا تھا کہ انہیں کیا پتا کہ میں نے ابدی زندگی کا ٹکڑا لیا ہے۔ دھیرے دھیرے میری ہر وائرس سے واقفیت ہوتی گئی اور میں کھانا کھانے سے پہلے پوری تسلی کر لیتا کہ کہیں کوئی وائرس تو میرے پیٹ میں جانے کے لیے تیار نہیں بیٹھا۔

میرا دل کرتا تھا کہ ہر وقت ڈاکٹر صاحب کے پاس بیٹھا رہوں اور ان سے جراثیموں کے بارے میں گفتگو کرتا رہوں، مجھے پتا چل گیا تھا کہ موت کا دوسرا نام جراثیم ہے، اگر جراثیم پر قابو پا لیا جائے تو موت پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ ڈاکٹر صاحب کی زندگی کو دیکھ دیکھ کر مجھے رشک آتا اور میں کوشش کرتا کہ میں بھی ان جیسا بن جاؤں۔ ایک دن جب انہوں نے مجھے بتایا کہ ہاتھ ملانے سے بھی جراثیم ایک شخص سے دوسرے میں منتقل ہو جاتے ہیں تو میرے روٹنے کے طے ہو گئے۔ میں نے دوستوں رشتہ داروں سے ہاتھ ملانا چھوڑ دیا، کوئی ہاتھ آگے کرتا تو میں سر کی ہلکی سی جنبش سے ہٹ کر جواب دے دیتا۔ کئی ایک نے شکوہ کیا کہ تم مغرور ہو گئے ہو، اب میں انہیں کیا بتاتا کہ میں جینا چاہتا ہوں، ان کی طرح جراثیم کے انبار میں پھنس کر قبر میں نہیں اترنا چاہتا۔ میں نے گاڑی چلاتے ہوئے بھی دستانے پہننے شروع کر دیے۔

دفتر میں بھی کوشش کرتا کہ کسی زیادہ بڑے والے بندے کے سامنے نہ بیٹھوں کیونکہ ڈاکٹر صاحب نے بتایا تھا کہ جب کوئی بندہ بولتا ہے تو اس کے منہ سے بھی نظر نہ آنے والے جراثیم نکلتے ہیں۔ میں نے اس مسئلے کا حل یہ نکالا کہ اپنی آفس ٹیبل اتنی

بڑی بنوائی کہ جب کوئی مجھ سے ملنے آتا تو نہ سلام لیتے ہوئے اس کا ہاتھ مجھ تک پہنچتا اور نہ گفتگو کرتے ہوئے اس کے منہ سے نکلنے والے جراثیم.... !!!

ڈاکٹر صاحب نے یہ بھی بتایا تھا کہ گلے ملنے سے بھی جراثیم منتقل ہو جاتے ہیں لہذا میں عید کی نماز پڑھنے جانا تو کوشش کرتا کہ نماز ختم ہونے کے بعد جلدی سے گھر آ جاؤں تاکہ کسی سے عید نہ منی پڑے۔ گھر میں اگر مجھے تھوڑی سی بھی صفائی کی کمی نظر آتی تو میں سب کا جینا محال کر دیتا، مجھے ہر اس چیز سے نفرت ہو گئی تھی جہاں جراثیم ہو سکتے تھے۔

مصیبت یہ تھی کہ میں جہاں بھی نظر ڈالتا مجھے جراثیم ہی جراثیم نظر آتے اور یوں لگتا جیسے موت مجھ پر حاوی ہونے کی کوشش کر رہی ہے۔ ایک دن ڈاکٹر صاحب سے تذکرہ کیا تو انہوں نے مجھے شاباش دی اور ایک عدد درگمین شیشہ عطا فرمایا، کہنے لگے کہ احتیاط کا تقاضا ہے کہ جب بھی کسی چیز پر رشک ہو یہ شیشہ اس کے اوپر کر کے دیکھ لینا، جراثیم صاف نظر آ جائیں گے۔ میں بہت خوش ہوا کہ اب زندگی آسان ہو جائے گی، لیکن میرا جینا دو بھر ہو گیا۔ میں اسے ٹی ایم سے نوٹ بھی لکھاتا تو انہیں پکڑنے سے پہلے شیشے میں دیکھتا، نوٹوں پر جراثیم کی قطاریں نظر آتیں اور مجھے مجبوراً دستانے پہن کر نوٹ وصول کرنا پڑتے۔

میری جیب میں ہر وقت جراثیم کو سکین کرنے والا شیشہ موجود رہنے لگا۔ ایسا ہی ایک شیشہ ڈاکٹر صاحب کے پاس بھی تھا۔ شروع شروع میں تو مجھے بہت مشکل پیش آئی لیکن پھر میں عادی ہو گیا۔ میں نے ایک عینک والے کو کہہ کر اس شیشے کی عینک بنوا کر پہن لی۔ اب میں جہاں بھی جاتا یہ عینک مجھے فوراً بتا

رکھے، ٹرک روال دوال تھے اور موت سے بھاگنے والوں کا مذاق اڑا رہے تھے.... میں نے ایک لمحے کے لیے سوچا، پھر عینک اتار کر زور سے قریبی دیوار پر دے ماری۔ شیشے کرچی کرچی ہو گئے، مجھے لگا جیسے ہر کرچی میری طرف دیکھ کر ہنس رہی ہے اور کہہ رہی ہے ”تم اور تمہارے ڈاکٹر جیسے بہت سے آئے اور چلے گئے لیکن موت کا کچھ نہیں ہکاڑ سکے.... موت تو آکر رہے گی، کر لو جو کرنا ہے۔“



ایسے تمام خواتین و حضرات اور خصوصاً



بیرون ممالک کے قارئین کرام جنہیں ای میل کی سہولت

موصول ہے۔ وہ بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، روحانی سوال و جواب، روحانی ڈاک، محفل مراقبہ اور استفسارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، افق سے متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈوکیومنٹس، تصاویر اور دیگر فائلوں کی انچارجمنٹ اپنی ای میل کے ساتھ درج ذیل ایڈریس پر بھیج کر کے ارسال کر سکتے ہیں۔

roohanidigest@yahoo.com

اپنی ہر ای میل کے ساتھ اپنا نام، شہر اور ملک کا نام ضرور تحریر کریں۔
سرکولیشن سے متعلق استفسارات کے ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

دیتی کہ کہاں کہاں جراثیم ہیں۔ مجھے حیرت تھی کہ ہر جگہ جراثیم ہی جراثیم بھرے نظر آتے۔ صوفوں پر، کرسیوں پر، ٹی وی پر، سڑک پر، گلیوں میں، درختوں پر، بالوں پر، کپڑوں پر، جوتوں پر....!!!

پھر ڈاکٹر صاحب نے مجھے ایک جراثیم کش دوائی عنایت فرمائی، اس دوائی کی وجہ سے میں بہت سکون میں آگیا، جونہی میری عینک کے شیشوں میں کوئی جراثیم نظر آتا، میں ہاتھوں پر جلدی سے دوائی چھڑک کر مطلوبہ چیز اٹھا لیتا اور مجھے صاف نظر آ جاتا کہ جراثیم فنا ہو گئے ہیں۔ ڈاکٹر صاحب کی مہربانی سے میں بھی ان کے نقش قدم پر چل نکلا تھا اور مطمئن تھا کہ ہم نے موت کو شکست دینے کا طریقہ ڈھونڈ نکالا ہے۔

ایک دن میں ڈاکٹر صاحب سے ملنے ان کے کلینک پہنچا تو کلینک بند تھا، میں ان کے گھر چلا گیا۔ وہاں کافی سارے لوگ جمع تھے۔ میں گھبرا گیا، چونک رہا تھا۔ پوچھا تو اس نے ایک عجیب و غریب جواب دیا، سنبھل جاؤ ڈاکٹر صاحب فوت ہو گئے ہیں۔“ میرے کان سائیں سائیں کرنے لگے، ڈاکٹر صاحب بھلا کیسے وفات پا سکتے تھے؟؟؟ انہوں نے تو فو کوہر قسم کے جراثیم سے بچا کر رکھا ہوا تھا، پھر وہ کیسے مر گئے؟

یہی سوال میں نے ڈاکٹر صاحب کی بیگم سے پوچھا تو انہوں نے رندھی ہوئی آواز میں کہا

”گاڑی میں کلینک جا رہے تھے راستے میں ایک ٹرک نے ٹکر ماردی اور وہیں دم توڑ دیا۔“ میری آنکھیں کھلی کی کھلی رہ گئیں.... میں سکتے کے عالم میں چلتا ہوا مین روڈ پر پہن گیا، پہلے عینک کے شیشوں میں دیکھا، پھر عینک اتار دی.... ہر طرف گاڑیاں، بسیں،



SANGAM

Superstore

Beautiful Location

Everything
you Need

Parking



SANGAM SUPERSTORE

Domel, Muzafferabad,
Azad Kashmir.

Phone: 05822-446661



روزنامہ ڈائجسٹ



دلچسپ، عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار
سائنس جن کی حقیقت سب آج تک پردہ نہ اٹھا سکی.....

زندگی منطق کے بغیر تو گزر سکتی ہے۔ جذبات، احساسات اور وجدان کے بغیر نہیں....
پراسراریت میں انسان کی دلچسپی ازلی ہے اور ابد تک رہے گی۔ گو کہ براہِ ارباب فوقِ اضطرت باتوں کی کوئی منطق نہیں
ہوتی اور نہ سائنس کے موضوع اصولوں سے انہیں ثابت کیا جاسکتا ہے لیکن عشق، محبت اور سچے خوابوں کی بھی تو کوئی عقلی
توجیہ یا تشریح نہیں کی جاسکتی۔ ان کا ہونا ہی ان کی سائنس ہے۔ عقل کی محدودات انہیں سمیٹا نہیں جاسکتا۔ یہ سب
بظاہر غیر عقلی باتیں بھی لوازماتِ حیات ہیں۔

یوں تو سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے کئی حقائق کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی بہت
سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ نہیں اٹھایا جاسکا ہے۔ آج بھی اس کوڈِ اخراج پر بہت سے واقعات رونما
ہوتے ہیں۔ کئی آثار ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے لیے حیرت کا باعث بنے ہوئے ہیں، جن کے متعلق
سائنس سوالیہ نشان بنی ہوئی ہے۔

سولہویں صدی عیسوی کے فرانسیسی نجومی نوسٹرومیس
کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ اس کی کتاب "لیس
پروفیتیز" Les Propheties چار سو سال میں سب سے
زیادہ کھنے والی کتاب ہے۔

اس کتاب میں نوسٹرومیس نے دنیا کے بڑے بڑے
واقعات کی حیران کن پیش گوئی کی تھیں، اس نے انقلاب
فرانس، شاہِ ہنری کی موت، نپولین، ہٹلر، جنگِ عظیم اول و
دوئم، صدرِ کینیڈی کا قتل، نائن الیون، اکیسویں صدی کی
سائنسی انقلابات کی درست پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ
اس کی 942 پیش گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوئیں۔



ناسٹروڈیمس وہ شخص جو کُل دنیا کی سب سے بڑی...

تیسرا اور آخری حصہ

ہانسٹرڈیس انسانی تاریخ کے پیٹلوؤں میں حیرت انگیز انفرادیت رکھتا ہے، کیونکہ اس کی اکثر پیش گوئیاں جو بڑے لوگوں اور بڑے واقعات کے بارے میں تھیں درست ثابت ہوئیں۔ ہانسٹرڈیس کی پیش گوئیوں کی تصدیق اس کی اپنی زندگی کے دور سے شروع ہو گئی تھی۔ جیسا کہ بتایا گیا ہے کہ اولین پیش گوئی جس نے شہرت حاصل کی وہ شاہ بیری کی حادثاتی موت کی تھی جو بالکل درست ثابت ہوئی۔

اس سے پہلے اس نے راہب فلیچی پریٹی Felice Peretti di Montalto کے پاپائے روم سیکٹوس خاص Sixtus V بننے کی پیش گوئی کی تھی، یہ بھی بعد میں درست ثابت ہوئی تھی۔ پریٹی ہانسٹرڈیس کے مرنے کے 30 سال بعد 1585ء میں پاپائے روم بنا۔

ہانسٹرڈیس کی موت کے بعد اس کی دو مشہور پیش گوئی جو قریب ترین زمانے میں پوری ہوئی، لندن کی بولنگ اسٹریڈ کی تھی، (صدی 2: رہائی 52)

Le sang du juste à Londres sera fauché,
Moult par foudres de vingt croix les fixés,
La dame antique cherra de place haute,
De même secte plusieurs feront accés.
The blood of the just will demand a fault at London,
Burnt through fire in the year of three twenties and the six:
The ancient lady will fall from her high place,
Several of the same sect will be killed.

غلطی پر اب لندن سے خون کا تقاضا ہو گا
دو آگ سے جلے گا، سات تین میں اور چھ کو
قدیم عورت اپنے بلند مقام سے گر جائے گی
اس فرقہ کے کئی لوگ مارے جائیں گے

ہانسٹرڈیس نے اپنی بعض پیشگوئیوں میں واقعات کی درست تاریخ اور نام بھی استعمال کیے۔ اس پیشگوئی میں ہانسٹرڈیس نے سال بھی بتا دیا تھا، مگر اس نے پہلی کئی طرح لاطینی انداز میں تین میں اور چھ لکھا، یعنی سن چھیا سٹھ۔ یہ واقعہ ہانسٹرڈیس کی موت کے سو سال بعد 2 ستمبر سے 5 ستمبر 1666ء میں پیش آیا۔

برطانیہ کی تاریخ کی اس ناقابل فراموش آتش زدگی میں آگ مسلسل پارلیمان تک لندن کے مختلف حصوں تک پھیلی چلی گئی۔ آگ لندن رومی دیوار لندن کی حدود میں واقع شہر لندن کو کھا گئی۔

یہ آگ شاہانہ طمطراق کے حامل ویسٹ منسٹر (موجودہ لندن کی مغربی حد) کے ضلع چارلس دوم کے سفید محل اور بہت سے مضافاتی آبادیوں کے لئے بھی خطرہ بن گئی تھی لیکن وہاں تک پہنچ نہ سکی۔ تاہم تقریباً تیرہ ہزار دو سو 200، 13 مکانات، ستاسی 87 ذیلی کلیسا، سینٹ پال کییتھڈرل اور زیادہ تر شہر کی محکماتی عمارات اس آگ کی نذر ہو گئیں۔ دوسرے لفظوں میں لندن شہر کا 75 فیصد حصہ جل کر خاک ہو گیا۔

اندازے کے مطابق اس آگ سے 80 ہزار میں



اس پیش گوئیوں میں دئے گئے سن 1580 سے 1703 کے دوران یورپی ممالک میں تخت یقیناً پانچ بار تبدیل ہوا، اس کی ابتدا، 1580 میں سپین کے بادشاہ فلپ دوم پر نکال ساتھ اٹلی سے لے کر اور 1703ء میں آسٹریا کے جوزف اول کے دوبارہ تخت حاصل کرنے تک تھیں۔



سے 70 ہزار باشندے بے گھر ہو گئے تھے۔ اس کے نتیجے میں ہونے والا جانی نقصان نامعلوم ہے، کیونکہ روایتی اعداد و شمار سے محض چند اموات کا پتہ چلتا ہے۔ تاہم اموات کے ان اعداد و شمار کو درست تسلیم نہیں کیا جاتا، جس کا سبب یہ بتایا گیا ہے کہ جانی نقصان کی مد میں درمیانے طبقے اور غریب طبقے کے لوگوں کو شمار نہیں کیا گیا تھا۔



ماسٹر دیکس کی دوسری بڑی پیش گوئی انقلاب فرانس (1789ء، 1794ء) کے متعلق تھی۔

اٹھارہویں صدی میں فرانس کی شاہی حکومت اثر افیہ طبقہ اور کیتھولک پادریوں اور جاگیر دارانہ گھ جواز پر مشتمل تھی، بادشاہ و امراء اپنے ملک اور رعایا کا یہی خواہند تھے، شاہی خزانہ خالی ہو گیا، جسے بھرنے کے لیے عوام پر اضافی ٹیکس عائد کیے گئے۔

دوسری جانب مذہبی اور اثر افیہ طبقات مالی مشکلات کو حل کرنے کی بجائے ایسے نظریاتی مباحثات میں پھنسے رہ گئے جن کا عوام کی بدترین حالت یا ان کے مصائب سے دور کا تعلق نہ تھا۔

لوگ جنگوں، مذہبی جھڑپوں اور امراء کی عیاشیوں سے اکتا گئے تھے۔ اس دوران روسو اور والیٹر جیسے انقلاب پسند مفکروں نے جمہوریت، مذہبی رواداری اور انسانیت کا پرچار کیا، جن کی تحریروں کو پڑھ کر عوام حالات بدلنے پر آمادہ ہوئے اور پھر انقلاب برپا ہوا۔

1789ء میں عوام نے جمہوری حکومت کی بنیاد ڈالی، بادشاہ اور امراء نے اس کے خلاف فوجی کارروائیوں کی کوشش کی مگر جیسے جیسے عوام نے بغاوت کر دی۔

شارمین اس رہائی کے دوسرے بند میں قدیم عورت سے عیسائیوں کا قدیم فرقہ کیتھولک مراد لیتے ہیں، کیونکہ اس آتشزدگی کے بعد ہی سے برطانیہ میں پروٹسٹنٹ فرقہ جو کیتھولک سے دب کر رہتا تھا ان پر حاوی ہو گیا۔



ماسٹر ڈیکس کی ایک اور پیش گوئی جس میں واقعات کی درست تاریخ بیان کی گئی۔ برطانیہ کی سیاسی اتار چڑھاؤ کے متعلق تھی: (صدی 6: رہائی 2)

En l'an cinq cents octante plus ou moins,
On attendra le siècle bien étrange:
En l'an sept cents et trois vixes en
séjourner,
Que plusieurs régnes un à cinq fessant
change.

In year five hundred eighty more or less,
One will await a very strange century:
In the year seven hundred and three the
heavens witness thereof,
That through multiple reigns, there will
be five changes

تقریباً کم و بیش سچ پانچ سو اسی میں
ایک عجیب دور آئے گا
سچ سات سو تین میں آسمان گواہ ہوگا
مختلف حکومتوں میں پانچ تبدیلیاں

De gent esclavé chansons, chants & requêtes.
Captifs par Princes & Seigneurs aux prisons :
A l'avenir par Idiots sans têtes,
Seront exécutés par Divines oraisons.
Songs, chants, and demands will come
from the enslaved
while Princes and Lords are held cap-
tive in prisons.
In the future by such headless idiots
These will be taken as divine utterances

غلام بنا کر رکھے عوام کے نفع اور مطالبات سے
شہزادے اور امراء جیلوں میں قید ہوتے
مستقبل میں، بغیر سروں کے بیوقوف کے
الہامی کلمات اس سے لے لیے جائیں گے
ان دونوں رباعیوں پر غور کریں تو اس میں
انقلاب فرانس کا ایک ایک منظر نظر آتا ہے، شاہی طبقہ
کے جانب سے مالیاتی بحران، عوام کے مطالبات اور
بغاوت، پیرس کی افراطی وری، انٹرفیہ جھڑپوں کا قید اور
اور سر قلم ہونا، نیا دستور اور پاپائی قانون کا خاتمہ۔



ناٹر ڈیس نے انقلاب فرانس کے بعد یونانیوں
پارٹ کے برسرِ اقتدار آنے کی بھی پیش گوئی کی، اور
پیش کی صورت میں اس کا نام بھی ظاہر کیا۔ صدی اکی
رباعی 60 میں ناٹر ڈیس لکھتا ہے:

Un Empereur naîtra près d'Italie,
Qui à l'Empire fera rendre bien cher,
Disant avec quels gens il se verra,
Qu'on trouvera moins prince que boucher.
An Emperor will be born near Italy,
who will cost the Empire very dearly.
They will say, when they see his allies,
that he is less a prince than a butcher.

اٹلی کے نزدیک ایک شہنشاہ جنم لے گا
جو سلطنت کی بہت محبت سے قدر کرے گا
وہ اس کے حلیفوں کو دیکھ کر کہیں گے
کہ وہ بادشاہ کم قصاب زیادہ لگتا ہے
اسی طرح صدی 8 کی پہلی رباہی میں ہے:

Plus à l'ay doron plus feu qu'a sang sera,
L'indigne nager, fait grand aux mercrez.

اہل بیس نے باسٹیل کے جیل خانے کو منہدم کر دیا۔
جس سے بیس کا باثروت طبقہ ڈر گیا، جب یہ خبر دیکھی
طبقہ تک پہنچی تو انہوں نے بھی بغاوت میں حصہ لیا۔

سیاسی انقلاب کے ساتھ اقتصادی، سماجی اور مذہبی
انقلاب بھی آگیا۔ 1791ء میں بادشاہ اور ملکہ نے ملک
سے فرار ہونے کی کوشش کی مگر پکڑے گئے اور انہیں
نظر بند کر دیا گیا۔ نئے دستور کا نفاذ ہوا اور بادشاہ کو
دوبارہ منصب پر بحال کیا گیا۔ درباریوں اور بادشاہ نے
اپنے بچاؤ کے لیے غیر ممالک سے ساز باز کی مگر کچھ نہ
بن سکا۔ 1792ء کو عوام نے شاہی محل پر حملہ کر دیا۔
اور بادشاہ اور ملکہ کو گرفتار کر کے سزائے موت دے
دی گئی۔ کلیسا کے مذہبی جبر کے خلاف قانون پاس ہوا
اور ہر شخص کو مذہبی آزادی کا حق دیا گیا۔ دریں اثنا
فرانس میں کسی کی گردن محفوظ نہ تھی۔ 1793ء سے
1794ء کے درمیان ہزاروں افراد کو موت کے گھاٹ
اتار دیا گیا۔ آخر مئی 1804ء میں نپولین یونپارٹ بر
اقتدار آیا اور فرانس کی تاریخ کا نیا باب شروع ہوا۔

انقلاب فرانس کا کرناٹر ڈیس کی ان رباعیات
میں ملتا ہے۔ صدی 60ء باقی 23 میں وہ لکھتا ہے:

D'après le règne numéraire défectueux
Et feront peuples espérer contre leur Roy
Paix, fuit nouvelles, saintes lois, empicees
Ruptes une fois en si redoublé array
Coins depreciated by the spirit of the
realm
And people will be stirred up against
their King:
Now peace, holy laws become worse,
Paris was never in so severe an array

شاہ کے باوجود نئے نئے قدر کم کر دیے جائے گے
لوگ اپنے بادشاہ کے خلاف اٹھ کھڑے ہو گئے
نیا صلح نامہ، مذہبی قانون کے پامنائی
ہر سمت میت کبھی اتنی افراطی وری نہیں ہوئی
اسی طرح صدی 1: رباہی 14 میں تحریر ہے:

1799ء میں پیرس واپس گیا اور حکومت کا تختہ الٹ کر خود تو فصل اول بنا اور پھر 1804 میں اسے فرانس کا شہنشاہ بنادیا گیا۔



مشہور فرانسیسی کیمیا دان لوئی پاچھر Louis Pasteur (1822ء تا 1895ء) کے نام سے تو آپ واقف ہوں گے، جس نے یہ ثابت کیا کہ بہت سی بیماریاں از خود نہیں بلکہ جراثیم کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں، اس کی تحقیق سے جرثومیات کا نیا علم وجود میں آیا، پاچھر نے نہ صرف متعدد بیماریوں کے جراثیم دریافت کئے ہیں متعدد امراض مثلاً کتے کے کانے کا علاج بھی دریافت کیا۔ وہ سائنس اور مذہب میں کامل یکجہ آہنگی کا قائل تھا۔ آپ کو حیرت ہوگی کہ پاچھر کی پیدائش کے 356 برس قبل ماسٹر ڈیجیس نے اپنی پیش گوئی میں اس کا تذکرہ کیا تھا۔ صدی 1: رہائی



*Deidu trouvaie, cache' de si long siecle,
Sera pasteur d'emy Dieu honore;
Ains que la Lune vint au son grand siecle,
Les autres vent sera dishonore.
Lost found, hidden for such a long time
The Pasteur will be honored as a god-
like figure.
This is when the moon completes her
great cycle
He will be dishonored by other winds.*

جو چیز صدیوں سے پوشیدہ تھی مل جائے گی اور "پاچھر" کی ایک دیوتا کی طرح قدر ہوگی یہ تب ہوگا جب چاند اپنا چکر مکمل کرے گا لیکن بعض گروہ اس کی تردید کریں گے اس رباعی میں باقاعدہ طور پر "پاچھر" کا نام لیا گیا ہے جو یقیناً حیرت کا باعث ہے، پاچھر نے صدیوں سے

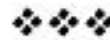
*Les agesses enree refusee,
Pau Ney Loron will create more fire
and blood
Bathed in praise, great escape is assured
Those worried will refuse him entry
But doubtful that for long they will
keep them imprisoned*

"پاؤ نے لورین" آگ اور خون برسائے گا تعریف میں بہتا، عظیم سفر کا یقین لیے فکر مند لوگ اس کو دافنے سے روکیں گے مقلوک لوگ اس کو نظر بند کر دیں گے

اس رباعی میں موجود نام پاؤ Pau Ney Loron نے لورین کے متعلق کہا جاتا ہے کہ ماسٹر ڈیجیس نے Napoleon Roy میں مروڑ کر لکھا ہے، جس کا فرانسیسی میں مطلب "شاہ نیولین" ہے۔ نیولین فرانس اور اٹلی کے

فرہنگی جزیرہ کورسیکا میں 1769ء میں پیدا ہوا۔ فرانس کے ملٹری انجینیئر میں تعلیم پائی، وہ انقلاب فرانس کا حامی تھا، 1795 میں اس نے پیرس میں تشدد اور افراطیابی پر قابو پایا۔ اس نے سب سے بڑی کامیابی توکون کے محاصرے میں حاصل کی، جہاں اس نے توپ خانے کو ایک ایسے مخصوص انداز میں استعمال کیا کہ اسی کی وجہ سے فتح ہو گئی۔ اس کے بعد اٹلی اور آسٹریا میں پے درپے فتوحات حاصل کیں اور 1797ء تک وہ ایک قومی ہیرو بن گیا۔ اسی سال اس کو مصر کے خلاف ایک مہم کا کماندار مقرر کیا گیا۔ نیولین اب تک شکست کی لڑائیوں میں تو فتح مند نہ ناپلا آتا تھا لیکن جب دریائے نیل پر برطانوی بیڑے سے مقابلہ ہوا تو اس کا بحری بیڑا ناکام ہو گیا۔ مصر میں اسے نظر بند کر دیا گیا آخر کار وہ

پوشیدہ میکسیر یا اور بیماری کے درمیان تعلق کو ظاہر کیا، یوں تو سائنس اس کے کارناموں کی وجہ سے پاچھر کو ایک لیجنڈ مانتی ہے مگر ڈارون کے نظریے کی مخالفت کی بنا سے پاچھر کو شدید تنقید کا بھی نشانہ بنایا جاتا ہے۔ یہاں چاند کے چکر مکمل کرنے سے مراد Metonic cycle ہے جو چاند ہر 19 سال بعد مکمل کرتا ہے اور حیرت انگیز طور پر 1858ء میں جب پاچھر نے اپنی تحقیق مکمل کی چاند کا Metonic cycle بھی اسی سال پورا ہوا۔



نوسٹر ڈیس کی یہ کتاب کئی صدیاں گزرنے کے باوجود آج کے اس جدید اور ترقی یافتہ دور میں بھی لوگوں کی توجہ کا مرکز بنی ہوئی ہے۔ وہ ترقی جس کی خود اس نے پیشین گوئی کر دی تھی (صدی 1: رباعی 63):

*Les fleurs parées diminuer le monde,
Long temps la paix toutes inhabitées
Jeu marchera par ciel, terre, mer, et air
Plus de nouveau les guerres ravivées*
Pestilences extinguished, the world
becomes smaller,
For a long time peace inhabited lands
People will travel safely through the
sky land and seas:
then wars will start up again.

وبائیت، فضا پارینہ اور دنیا چھوٹی ہو جائے گی
اس سے زمین بے عرصہ سخت آرام کرے گی
لوگ بحر و بر اور آسمان میں سفر کریں گے
اور پھر جنگیں دوبارہ محض انھیں گے
آج کے دور میں شاید ہمیں یہ باتیں بڑھ کر کوئی
خاص حیرت نہ ہو، لیکن جب یہ بات سولہویں صدی
کے محدود وسائل میں رہنے والا ایک شخص کر رہا ہوتا
ہے بات یقیناً حیرت انگیز انتہائی حیرت کی ہے۔ ویکسینوں
کے ذریعے وباؤں کا خاتمہ.. کیا آج ٹیکنالوجی کی اس
ترقی کے دور میں ہم خود نہیں کہتے کہ دنیا مختصر ہو کر
ایک گاؤں بن گئی ہے.. سوہویں صدی میں کوئی یہ

سوچ سکتا تھا کہ لوگ ہوا میں سفر کریں گے..؟
نوسٹر ڈیس کی اس سے اگلی پیش گوئی (صدی 1:
رباعی 64) جنگ عظیم کا منظر بھی پیش کرتی ہیں،
حیرت انگیز بات یہ کہ اس نے ایک فضائی لڑائی کا ذکر
کیا ہے، وہ بھی ایک ایسے زمانے میں جس میں حقیقی جہاز
تو دور کی بات ہے کاغذ کے جہازوں کا تصور تک نہیں تھا،
اس دور میں جب سائیکل تک ایجاد نہیں ہوئی تھی اس
وقت نوسٹر ڈیس نے فضائی جنگوں کا تذکرہ کیا ہے۔

*De nuit, Soleil perdant avoir vu
Quand le pouce d'un homme en vent
Bruit, chant, bataille au ciel battue apaisée,
Les bestes brutes à parler. Can sera.*
At night they will think they have seen
the sun,
when the see the half pig man:
Noise, screams, battles seen fought in
the skies.
Brute beasts will be heard to speak,

سوچیں گے کہ انہوں نے رات کو سورج دیکھا
جب وہ خنزیر جیسی شکل کے آدمی کو دیکھیں گے
شور، چیخیں اور آسمان میں ہونی لڑائیاں
پھر آپ اللہ درندوں کو بولنا سنیں گے
شارحین بتاتے ہیں کہ یہاں جہاز کے پائلٹ کا
ذکر کیا گیا ہے، اس رباعی کو جنسی جہازوں اور دھماکوں کی
آواز اور چھوڑاؤ کیس کے ذریعے پائلٹوں کے آپس میں
رابطے کے پس منظر میں دیکھا جائے تو ایک ایک بات
پوری اترتی ہے۔ اگر ایسی ہی فضائی جنگ کی فلم بنا کر
کسی پرانی صدی کے شخص کو دکھادی جائے تو وہ اسے
ایسے ہی بیان نہیں کرے گا..؟



نوسٹر ڈیس کی تمام رباعیاں ہی مبہم نہیں ہیں،
کچھ رباعیوں میں نام اور اشارے بہت واضح ہوتے ہیں
جیسا کہ جنگ عظیم کی اہم شخصیت ایڈولف ہٹلر کا نام
اس کی تین رباعیوں میں ہٹلر یا ہٹلر کا ذکر آیا ہے۔

اسی طرح صدی 5: رباعی 29 میں ہسٹر نام لیتا ہے

*La liberte ne recouverte,
L'occupera noir, fier, vilain inique,
Quand la muraille du pont sera ouverte
D'Hister, Venice fashee la republique.*

Liberty is not recovered,
They shall be occupied by a dark, fierce,
iniquitous villain,
When the edicts of pope will overruled
By Hitler, and Italy becomes a fascist
republic.

آزادی! اب دوبارہ حاصل نہیں ہوگی

شدید، ظالم اور ہولناک سایہ اس پر قابض ہوگا

جب پوپ کا فتویٰ مسترد کیا جائے گا

ہسٹر سے اٹلی ایک فاشٹ جمہوریہ بن جائے گا

یہاں ہٹلر کے ساتھ اٹلی کے فاشٹ بننے کی پیش

گوئی کی ہے۔ انتہا پسند قوم پرستی

پر مبنی نظریہ فسطائیت کی ابتداء

1919ء میں ہوئی، دوسری

جنگ عظیم کے دوران جرمنی

میں ہٹلر، اٹلی میں موسولینی اور

جاپان میں نوجو اس نظریہ کے

ترجمان بن گئے تھے۔ اٹلی میں

موسولینی کے ذریعہ اس تحریک کو

فروغ ملا۔ صدی 4 کی رباعی 26 میں ہے:

*En lieu bien proche, non esloigné de Venus,
Les deux plus grands de Asia & Afrique
Du Rhin & Hister qu'on dirait sont Venus;
Cries, pleurs, a Malta & coste Ligurique.*
In place very close, not far from Venice,
From the Rhine & that Hister will now
speak for Venice;
Cries, tears, at Malta & the coast of
Liguria.

بہت قریب کی جگہ وینس سے زیادہ دُور نہیں

دونوں میں ایشیا اور افریقہ تک توسیع کا معاہدہ

رائن سے اور ہسٹر وینس (اٹلی) سے بات کرے گا

ساحل لیگوریا سے مالٹا تک آجیت اور آنسو

(صدی 2: رباعی 24) ملاحظہ فرمائیں:

*Beasts farouches de faim fleuves trannés,
Plus part du champ encontre Hister fera,
En cage de fer le grand feu inciter,
Quand vien enfant de Germain observe.*

Beasts ferocious from hunger will
swim across rivers;

The greater part of the battlefield will
be against the Hister,

The great one will cause it to be
dragged in an iron cage,

When the German child will observe
nothing.

بھوک کے ڈر سے وحشی دریا پار کر جائیں گے

میدانِ جنگ کا زیادہ تر حصہ ہسٹر کے خلاف ہوگا

عظیم قائد کو لوہے کے پنجرے میں سمجھنے لائے گا

جب جرمنی کا بیٹا منظرِ فوج نظر انداز کر دے گا

یہاں جنگ عظیم دوم کی ابتداء کا

احوال ہے جب جرمن فوج دریائے

رائن عبور کر کے فرانس پہنچی تھی اور

یورپ کے اکثر اتحادی جرمن نازی

لیڈر ہٹلر کے خلاف صف آرا تھے،

اگرچہ رباعی میں نام ہسٹر لکھا ہے، لیکن

واقعات ہٹلر پر ہی پورے اترتے ہیں۔

نوسٹر ڈیمس کی ایک اور پیش گوئی

(صدی 3: رباعی 35) ہٹلر سے منسوب ہے:

*Du plus profond de l'Occident d'Europe,
De pauvres gens un jeune enfant naîtra,
Qui par sa langue seducra grande troupe,
Son bruit au règne d'Orient plus croîtra.*

From the very depths of the West of
Europe,

A child will be born of poor people,
by his tongue he will seduce great troop;

His fame will increase towards the realm
of the East.

مغربی یورپ کے سب سے نشیبی حصہ میں

عام غریب گھرانے میں ایک بچہ پیدا ہوگا

اپنی چرب زبان سے وہ عظیم فوج کو بہائے گا

اس کی شہرت مشرق تک پھیل جائے گی

مئی 2015ء

جانے کی صورت میں بھگتنا پڑا۔



نوسٹریڈیس نے ہیر و شیم اور ناگاساکی پر ایٹمی حملے کی روداد بھی سنائی ہے (صدی 2: رباعی 6):

*Àuprès des portes & 2 dedans deux cités
Seront deux fleaux & 2 on n'apprecie un tel,
Faim, dedans peste, de feu hors gens bouez,
C'est fécours au grand Dieu immortel.*

Near the gates and within two cities
There will be two scourges the like of
which was never seen,
Famine plague, people put out by steel
Crying to the great immortal God for
relief.

بندرگاہ کے قریب دو بڑے شہروں میں
دو آفتیں، جن کے پہلے کوئی نظیر نہیں ملتی
بھوک، طاعون، آگ سے باہر پھینکے گئے لوگ
عظیم لافانی خدا سے مدد کے لیے التجا کریں گے

اسی طرح صدی 2: رباعی 70 میں ہے:

*Le dard du ciel fera son effendue,
Mort en parlant, grande exécution,
La pierre en l'arbre la fière gent rendue,
Sera humain monstre purge exécution.*

The dart from the sky will make its
extension,
Deaths speaking: great execution.
The stone in the tree, the proud nation
restored,
Noise, human monster, purge exiation.

آسمان سے تیز گہر کر انہیں منتشر کر دے گا
ایک بڑا منصوبہ اور موت کا بول
درخت بن کر ہو گئے، مگر قوم نے خود کو بچات کیا،
انتشار اور حیوانیت سے نکل کر کفارہ کیا

ہیر و شیم اور ناگاساکی شہر سمندر

پر واقع ہیں اور 1945ء میں دونوں پر

ایٹم بم گرایا گیا تھا اور پھر واقعی وہ

قیامت ٹوٹی جس کی تاریخ میں کوئی

نظیر نہیں ملتی۔ دوسری رباعی بھی

ایٹمی دھماکے کے اثرات اور پھر جاپانی



یہ پیش گوئی دوسری جنگ عظیم پر ثبت ہوئی

ہے جب 1940ء میں وینس میں ہنر اور موسیقی

کے درمیان خفیہ معاملہ کے بعد جنگ عظیم کو افریقہ

اور ایشیا تک پھیلا دیا گیا، موسیقی نے برطانیہ اور فرانس

کے خلاف جنگ شروع کی اور اٹالوی افواج نے

فرانس کے ساحل لیگوریہ اور افریقی ساحلوں جن

میں سالنا بھی شامل تھا حملہ کیا۔



نوسٹریڈیس اپنی ایک پیش گوئی صدی 9 رباعی

100 میں ایک بحری جنگ کا تذکرہ کرتا ہے:

*Nouvelle pague nuit feu superce,
Le feu, aux navres & l'Occident ruine,
Roubriche neuve, la grande nef colonie,
He n vaincu & victoire en brume.*

Naval battle night will be overcome,
Fire in the ships to the West ruin:
New trick, the great ship colored,
fury from vanquished victory in mist

رات گئے ایک بحری لڑائی غلبہ پائے گی

مغرب کے جہاز میں آگ لگنے سے تباہ

ایک نئی چال، جہازوں کو رنگ دیا گیا

گھٹت کو دھوکے غضب ناک اور وحند میں فتح

یہ دسمبر 1941ء کو پرل ہاربر میں ہونے والے

حملے کی طرف اشارہ ہے، امریکہ کی نہایت اہم بندرگاہ

پرل ہاربر (Pearl Harbour) پر رات گئے دو

اطراف سے جاپانیوں کے اچانک حملے نے باعث امریکی

بحری بیڑوں کو شدید نقصان پہنچا، یہ حملہ اس قدر شدید

اور اچانک تھا کہ امریکی بحریہ کو اپنا

آپ سنبھالنے کی مہلت بھی نہ مل

سکی۔ اس کے بعد امریکہ نے جاپان

کے خلاف باقاعدہ اعلان جنگ

کر دیا۔ جس کا خمیازہ جاپان کو

1945ء میں ایٹم بم کے ٹرانے

اس رباعی میں نہ صرف اسپین کے ڈکٹیٹر جرجل "فرینکو" کا نام لیا بلکہ جلا وطن ہونے کے بعد مغرب سے اس کی واپسی کے بارے میں بھی بتایا، ساتھ ہی یہ بھی کہ اسے سمندر پار کر



جان الیف کینیڈی

قوم کے دوبارہ خود کو بحال کرنے کی طرف اشارہ ہے۔



نوسٹر ڈومس کی رباعیوں میں بنظر کا نام مبہم ہے، لیکن کچھ رباعیوں میں بعض نام اور اشارے بہت واضح ہیں جیسا کہ اسپین کے جرجل فرینکو سے متعلق رباعی انتہائی واضح ہے (صدی 9: رباعی 16):

*De castel Franco sortira l'assemblee,
L'ambassadeur non pluisant fera seisme;
Ceux de Riviera seront en la merlee,
Et au grand gouffie dernier ont l'entree.*

The castilian Franco, will leave the assembly,

The ambassadors will not be pleased with the schism;

Those of Rivera will join in the fray,
But a great gulf denies them entry.

فرینکو کیمینٹل اسمبلی سے جائے گا

سفیر ناراض ہو کر علیحدہ ہو جائیں گے

ریویرا کے حالت فساد میں جمع ہوں گے

اور اس کو خلیج میں داخلے سے روکا جائے گا

جسٹائو ڈکٹیٹر پر انموڈی ریویرا 1923ء سے 1929ء تک تخت پر قابض تھا، اس دوران تباہ کن خانہ جنگی ہوئی، پھر دوسری جنگ عظیم شروع ہو گئی، کمیونسٹوں اور سوشلسٹوں نے انقلاب شروع کر دیا، جرجل فرینکو، اسپین کا دوسرا سب سے زیادہ طاقتور رہنما تھا جو جزیرہ بالیرک میں جلا وطن تھا، جرجل پر انموڈی ریویرا قاتلانہ پارتی سے تعلق رکھتا تھا جو جرجل فرینکو کے خلاف تھی۔ جب فرینکو نے دیکھا کہ اس کا ملک اب سوشلسٹ قبضہ میں جاسکتا ہے تو وہ فوراً اسپین کے لیے روانہ ہوا لیکن اسے اسپین کی خلیج میں داخل ہونے سے روکا گیا۔ مگر وہ حلیف طاقتوں (بٹلر اور موسلینی) کی مدد سے اسپین آ گیا اور اپنی فوجی آمر حکومت قائم کر لی۔

کے اسپین نہیں جانے دیا جائے گا اور اقتدار میں آنے کے بعد اس کی پارٹی میں اختلاف پیدا ہو گا، یہی نہیں بلکہ رباعی میں اس کے دشمن ڈکٹیٹر پر انموڈی "ریویرا" کا نام بھی بڑی صراحت سے لیا گیا.... ایک ہی رباعی میں دو نام ہونا، یقیناً اتفاق قرار نہیں دیا جاسکتا....



بیسویں صدی میں امریکہ میں کینیڈی برادران کے قتل پر بھی ناٹو ایس کی ایک رباعی ملتی ہے (صدی 1: رباعی 26):

*Le grand du gouffie tombe d'heure diuine,
Mal & d'esperance par posteurs papulais
Survant prefage tombe l'heure nocturne
Conflict & Reims, Londres, Etienneq peffere.*
The great man will be struck down in the day by a thunderbolt.
An evil deed, foretold by the bearer of a petition.

According to the prediction another falls at night time.
Conflict at Reims, London, and pestilence in Tuscany.

عظیم آدمی کو درخت دہڑے، بجلی مار دیتی ہے طعنے حرکت جس کی کرنے والے نے پیشگوئی کی پھر دوسرا بھی مارا جاتا ہے مگر رات کے وقت ریمس اور لندن میں لڑائی نو سکینیا میں دیا امریکہ کے پینتیسویں صدر جان کینیڈی کو نومبر

1963ء میں ڈیلاس میں دن دہڑے سر میں گولی مار کر قتل کیا گیا، پھر پانچ سال بعد 1968ء میں اس کے بھائی رابرٹ کو لاس اینجلس میں ابتدائی ریاستی الیکشن کی جیت کی خوشی مناتے ہوئے آدھی رات کے وقت قتل

ورلڈ ٹریڈ سینٹر کا حادثہ ہوا، جس نے بڑی شدت سے ایک بار پھر ساری دنیا کی توجہ ناسٹر ڈیس کی طرف مبذول کرائی۔ جن میں مندرجہ ذیل رباعی (صدی 1: رباعی 87) سب کی توجہ کا مرکز رہی ہے:

*Ennavigée feu du centre de terre
Feu trembles au tour de cité neuve:
Deux grands rochers long temps firent la guerre
Lors Arethusa rougit le nouveau fleuve.*
Earthshaking fire from the centre of the earth
will cause tremors around the New City.

Two long Castle will war for long time
then Arethusa will redden a new river

زمین کے مرکز میں آگت زمین کو ہلاتی ہے
”نئے شہر“ کو زور دار جھٹکتے گتے ہیں
دو عظیم برج نے سب لمبی جنگ چھڑ جاتی ہے
پھر نئے دریا پر سرخ رنگت کا سایہ پڑتا ہے
ناسٹر ڈیس کی کتاب میں درج ایک نئے شہر
”نیوسٹی“ کے متعلق متعدد پیش گوئیاں ہیں۔

1970ء کی دہائی سے کے متعلق تمام مفسرین متفق تھے کہ یہ ”نیویارک“ کی طرف اشارہ ہے اور پیش گوئی کے مطابق اس میں پیش آنے والی تباہی کو وہ تیسری عالمی جنگ چھڑنے کا خطرہ قرار دیتے تھے۔ کچھ پہلے محققین نے یہ سوال اٹھایا تھا کہ آخر ناسٹر ڈیس نے اس رباعی میں لفظ دو عظیم برج کا استعمال کیوں کیا؟۔ لیکن 11 ستمبر 2001ء میں ورلڈ ٹریڈ سینٹر کے حادثہ کے بعد ماہرین نے ان ساری پیش گوئیوں کا رخ اس طرف موڑ لیا۔ اس پیش گوئی میں دو عظیم برج سے مراد نوکن ٹاور لیے جاتے ہیں۔ اور نئے دریا سے مراد وادی دجلہ و فرات ہے، لیکن اس حادثے سے متعلق صرف یہی ایک رباعی نہیں

ہے۔ اسی طرح صدی 6: رباعی 97 میں ہے:

کر دیا گیا، یہ دونوں حادثے ساری دنیا پر اثر انداز ہوئے خاص طور سے انگلینڈ، فرانس اور اٹلی اس سے متاثر ہوئے۔ 1963ء میں اسٹوڈینٹ کی ایک جماعت نے لندن اور پیرس میں کافی فساد اور شورش برپا کیا۔ جبکہ 1968ء میں فلورنس میں سیلاب کی وجہ سے کئی شہروں میں وبا پھوٹ پڑی تھی۔ کافی حد تک واضح اور محض اتفاق سے بہت آگے کی بات معلوم ہوتی ہے....



اب ڈرانا سٹر ڈیس کی صدی 2 کی رباعی 28 ملاحظہ فرمائیں، جس میں برطانیہ کی شہزادی لیڈی ڈیانا کی حادثاتی موت کی طرف اشارہ ہے:

*Le penultime du surnom de prophete
Prendra Diana pour son iours & D repos,
L'ing vagueux ou frenetique teste,
Et delivrant un grand peuple d'importes*
The man with the Surname of the Prophet's name
Will bring Diana to her day of rest.
At a distance they wander in frenetic grief
Delivering a great people from ruin.

پیغمبر کے نام پر اپنا دوسرا نام رکھنے والا
ڈیانا کو اس دلچ لے جائے گا اور آرام کے لیے
وہ اضطراب میں بہت دور آوارہ پھریں گے
اور عظیم شخصیت تباہی سے دوچار ہوگی
شہزادہ چارلس اور شہزادی ڈیانا کے درمیان



لیڈی ڈیانا

اختلافات کے بعد 1996ء میں متحدہ ہو گئی تھی، جو لیڈی ڈیانا کے لیے اضطراب کا دور تھا، 1997ء میں لیڈی ڈیانا اپنے دوست دودی الفاند کے ہمراہ فرانس چلی گئیں، جہاں کار حادثہ ہوا جو ان کے لیے جان لیوا ثابت ہوا۔



اکیسویں صدی کی ابتداء میں نیویارک سٹی میں

(صدی 9: رباعی 48) منسوب کی جاتی ہے:

Le grand cité d'Océan maritime,
Environnée de marais en cristal:
Dans le solstice hyemal & la prime,
Sera tentée de vent épouvantable.

The great city of the maritime Ocean,
Surrounded by a crystalline swamp:
In the winter solstice and the spring,
It will be tried by frightful wind.

ساحل سمندر کا ایک عظیم شہر
جو شیشے کی دلدل سے گمراہا نظر آتا ہے

سرماء بہار، جب سورج خط استوا سے دور ہو

خوف ناک طوفانوں کا شکار ہونگے

سویس صدی کا کوئی شخص اگر آج مغربی ممالک

کے شہروں میں شیشوں سے بنی بلند و بالا عمارات اور

اسکاٹی اسکرپچر زور دیکھے گا تو اسے یقیناً شیشوں کی دلدل

ہی کہے گا۔ ایسے ہی شہروں میں ایک امریکہ کا نیو اولینز

شہر بھی ہے جہاں 2006ء کے موسم سرما میں سمندری

طوفان (بریکین) کترینہ آیا تھا۔

نوسٹرومس کی زنجیل میں اور بھی بہت کچھ چھپا

ہو ہے۔ اس نے روس کے خلاف چین اور امریکہ

اتحاد دیوار چین کی تباہی، مشرق وسطیٰ میں عالمی جنگ،

دنیا سے بڑے حادثات، جنگوں اور خاص طور سے اپنی

کرائسٹ کی آمد کی پیش گوئیاں کیں ہیں۔ اس کے علاوہ

دنیا میں زلزلے اور دوسری قدرتی آفات کثرت سے

آئیں گی۔ جنگوں میں انسانی جانوں کا زیاں ہو گا اور دنیا

اتھل پھل کر رہ جائے گی۔ مذاہب کے درمیان

اختلافات بڑھیں گے، عرب اور مغرب آپس میں الجھ

جائیں گے اور ان جنگوں میں لاکھوں کروڑوں انسان

مقتل اجل بن جائیں گے۔ ذیل میں ہم ایسی ہی چند پیش

گوئیاں پیش کر رہے ہیں۔

ایک پیش گوئی (صدی 1: رباعی 18) میں یورپ

میں اسلام کے غلبہ کے متعلق تحریر ہے کہ:

Cinq & 40 quarante degrés ciel brûlera,
Feu approchera de la grand cité neuve,
Instant grand flamme espouse sauteira,
Quant on vaudra des Normans faire preuve
Five and forty degrees, the sky shall
burn:

To the great new city shall the fire
draw nigh.

With vehemence the flames shall
spread and churn

When with the Normans they conclu-
sions try

آسمان پینتالیس ڈگری پر جلے گا

اور آگ بڑے "نئے شہر" کے نزدیک پہنچے گی

آگ کی آت میں ایک شعلہ لپک کر پھیلے گا

جب وہ نارمس کے مقدمہ میں الجھے ہوں گے

اس رباعی میں پینتالیس ڈگری پر واقع بڑے نئے

شہر کا تذکرہ ہے، جغرافیائی لحاظ سے 45 ڈگری خط عرض

بلند پر نیویارک، شکاگو، سان فرانسسکو، روم، پیرس اور

میدار واقع ہیں ان میں نیویارک سب سے بڑا شہر ہے۔

❖❖❖

ناسٹرویس نے خوفناک سمندری آفات کی

طرف بھی اشارہ کیا ہے، جیسا کہ دسمبر 2004ء میں

جنوب مشرقی ایشیا میں آنے والا سونامی کے متعلق

مفسرین یہ پیش گوئی (صدی 1: رباعی 29) بتاتے ہیں:

Quand le poisson terrestre & aquatique
Des force vague au granier sera mis,
Sa forme étrange forte & horrible,
Par mer aux murs bien coté les ennemis.

When fish and other land and sea life,
put upon the beach by strong wave,

its shape foreign, smooth and frightful.
From sea enemies soon reach the walls

جب مچھلیاں اور دیگر سمندری و زمینی حیات

ایک نئی لہر کے ذریعے ساحل پر آگریں گی

اس کی شکل عجیب، ہموار اور خوفناک ہوگی

سمندر سے دیواروں تک دشمن پہنچ جائیں گی

اسی طرح سال 2006ء میں امریکہ میں آنے

والے ہریکین کترینہ سے متعلق مندرجہ ذیل پیش گوئی

مئی 2015ء

انسانیت کو ایک کے بعد ایک لاپاری لاتی ہے
صدیوں کا عظیم چکر بدلنے کو ہے
خون کی بارش ہوگی، قحط، جنگیں اور بیماری
تو اسات پر دمدار جنگاریوں والی آٹ دیکھے گا

اسی طرح (صدی 1: زبانی 17) ملاحظہ کریں جو
موسموں کی تبدیلی گرین ہاؤس اثریت اور گلوبل
وارمنگ کی طرف اشارہ ہے:

*Les quarante ans l'Éclat n'apparaîtra,
Les quarante ans tous les jours fera voir :
La terre aride en sécheresse croîtra,
Et grand déluge quand fera appercu.*

For forty years the rainbow will not be
seen.
For forty years it will be seen every day.
The dry earth will grow more parched,
and there will be great floods when it is
seen

چالیس سال تک قوس نمودار نہیں ہوگی
پھر چالیس سال وہ ہر روز دیکھی جائے گی
پھٹی زمین خشک سے خشک تر ہوتی جائے گی
بحر ایک بڑا سیلاب دیکھو گے، جب وہ نمودار ہوگا

دنیا اس وقت دو گروہ میں بنی ہوئی ہے۔ ایک وہ جو
نوسٹر ڈیس کی پیش گوئی کو سرے سے قبول نہیں کرتی
اور دوسرا گروہ جو نوسٹر ڈیس کو ایک مقدس حیثیت دیتا
ہے اور اس کی پیش گوئیوں پر پوری طرح یقین رکھتا ہے
حالانکہ یہ ضروری نہیں ہے کہ نوسٹر ڈوس نے جو کچھ کہا
ہے وہ ہو بھی جائے، اس کی پیش گوئیوں کی درستگی کبھی
بھی سو فیصد تک نہیں پہنچ سکتی۔ اس کی بہت ساری پیش
گوئیاں قحط بھی ثابت ہوئیں اور بہت ساری کا کوئی نتیجہ
سامنے نہیں آیا ہے۔

نوسٹر ڈوس تو چلا گیا لیکن ایک ایسی کتاب چھوڑ گیا
جو صدی در صدی لوگوں کو ورطہ حیرت میں ڈالے ہوئے
ہے اور خود اسے ایک منفرد شخصیت بناتی ہے...



نوسٹر ڈوس

*Des la disorde négligence Gauloise
Sera passage à Mahomet ouest :
De sang trempé la terre & mer Senoise,
Le port Racen de voiles & nefes couverte.*
Because of French discord and negli-
gence
an opening shall be given to the Islam
(Mohammedans).

The land and sea of Siena will be
soaked in blood,
and the port of Marseilles covered with
ships and sails.

فرانسیسیوں کے اختلاف اور غفلت کے وجہ سے
اسلام کے لیے راستہ کھل جائے گا
اٹلی کی زمین اور سمندر خون آلود ہو جائیں گے
مارسیلز کا ساحل کشتی اور جہازوں سے بھر جائے گا
(صدی 3: زبانی 46) میں تحریر ہے کہ:

*Le ciel (de Plancus la vie) nous préface,
Sur des infignes & par étoiles fixes,
Que de son change futur s'approche l'age :
Ne pour son bien, ne pour ses maléfices.*

The sky (of Plancus' city) forebodes to
us
Through clear signs and fixed stars,
That the time of its sudden change is
approaching.
Neither for its good, nor for its evils.

آسمان پیشگی علامت دیتا ہے
واضح نشانات اور اٹل ستاروں کے ذریعے
اچانک تبدیلی کا دور پہنچنے والا ہے
جو نہ اچھوت کے لیے ہے اور نہ بدوں کے لیے

یہ بڑی تبدیلی شہری عالمی جنگ بھی ہو سکتی ہے
اور خوفناک قدرتی آفات بھی، جس کے نتیجے میں زمین پر
بے پناہ فساد اور تباہی ہوگی، اسی طرح مندرجہ ذیل پیش
گوئی (صدی 2: زبانی 46) ہے:

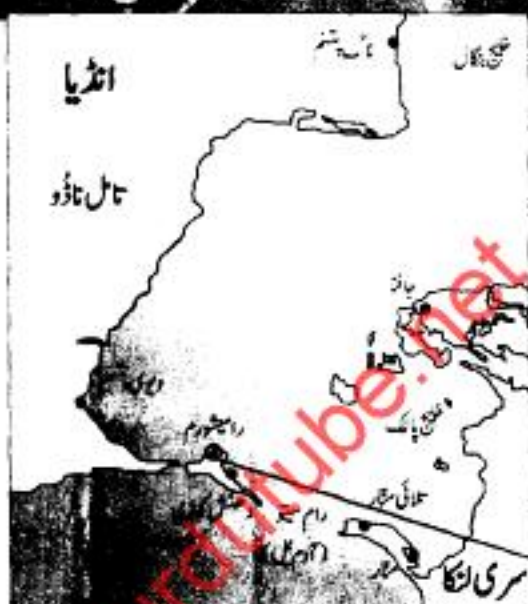
*Après grand trouble humain plus grand l'ap-
le grand moteur les fiécles renouvelle :
Pluie, sang, lait, famine : feu et peste,
Au ciel ven feu, causant langue effincelle.*

After great trouble for humanity, a
greater one is prepared
The Great Mover renews the ages
Rain, blood, milk, famine, steel & plague,
Is the heavens fire seen, a long spark
running.

دنیا بھر میں رونما ہونے والے دلچسپ اور عجیب واقعات

ماخی پر قہر ہے سہر

کیا آپ یقین کریں گے کہ سینکڑوں گلو دوزی پتھر پانی میں تیر سکتا ہے؟..... لیکن یہ حقیقت ہے.... یہ کوئی کرامت یا پراسرار قوتوں کا حامل پتھر نہیں، بلکہ قدرت کا ایک عجوبہ ہے۔



ہے یہ پتھر شاید 2004ء میں آنے والے سونامی کی وجہ سے کہیں سے تیر کر وہاں آپہنچا تھا۔ اس پتھر کو عوامی نمائش کے لئے قریبی مندر کے ہی تالاب کے پانی میں چھوڑ دیا گیا۔ کسی نے اس پتھر کا تعلق رامائن دور سے جوڑا، کسی نے اسے سائنس کے لیے چیلنج سمجھا، کچھ نے اسے کرامتی پتھر سے تعبیر کیا تو کسی نے اسے توہمات جانا۔ بہر حال اس پتھر کے پانی پر تیرنے کی خاصیت کے باعث عوام میں تجسس بڑھنے لگا، مندر میں رکھ کر اس کی پوجا شروع ہو گئی اور اسے دیکھنے کے لئے لوگوں کی پھیل مندر میں لگنے لگی۔

ہندوؤں کے اس پتھر کو پوجنے کی وجہ دراصل یہ ہے کہ ان کی مقدس کتاب ”رمان“ کے چھٹے باب میں ایک واقعہ درج ہے کہ جب رام جی، سیتا کو بچانے لڑکا

عنوان چڑھ کر آپ چونک گئے ہوں گے! چوتھیں
تیس کیوں نہیں... جھلا پانی میں بھی کبھی پتھر
تیرتے ہیں....
لیکن اگر کوئی آپ سے ہے کہ کنی کلوزنی پتھر پانی
میں تیر سکتا ہے۔ تو کیا آپ یقین کریں گے؟
لیکن یہ حقیقت ہے۔

پانی کی سطح پر تیرنے والے پتھر کی حقیقت جاننے سے قبل ہم ذرا اس پتھر کے سلسلے میں چند ایک واقعات کا ذکر کرتے چلیں، کچھ عرصہ پہلے بھارت کے اخبارات میں یہ خبریں نمایاں طور پر شائع ہوئیں کہ جنوبی ہند میں تامل ناڈو اور سری لنکا کے درمیان ایک جزیرے رامیشورم میں ایک ایسا پتھر پایا گیا ہے جو پانی میں تیرتا

افراد جمع ہو جاتے ہیں۔

دکن میں بابا مسکین شاہ کے مزار پر پانی سے بھرے ایک برتن میں ایک پتھر تیرتا رہتا ہے۔ جبکہ اس پانی میں ایک سکہ ڈالا جائے تو وہ ڈوب جاتا ہے۔۔۔ یہ واقعات سن کر طرح طرح کے سوال عام انسانوں کے دماغ میں ابھرنے لگتے ہیں۔ آخر کیا وجہ ہو سکتی ہے پتھروں کے تیرنے کی۔۔۔ کیا یہ پتھر کسی خاص فارمیٹ سے بنے ہیں یا واقعی یہ کوئی کرامت ہے۔

ماہرین بتاتے ہیں کہ پانی پر تیرتا پتھر، کوئی اچھنبے کی بات نہیں، حقیقت یہ ہے کہ اس طرح کے پتھر محض بھارت ہی میں نہیں بلکہ سری لنکا، جاپان سمیت کئی مقامات میں ملتے ہیں۔ یہ عام طور جزائر، ساحل سمندر، آتش فشاں کے قریبی علاقوں پر کافی مقدار میں ملتے ہیں۔ ایسے پتھر اپنی مخصوص اندرونی ساخت کی وجہ پانی کی سطح پر تیر پاتے ہیں۔

پہلے دور میں یہ اچھنبے کا موضوع تھا، بسپ کسی کو چیزوں کے تیرنے کی ممکن وجوہات معلوم نہیں تھیں۔ سائنس اور ٹیکنالوجی کی ترقی کی وجہ سے انسانی زندگی کوئی طرح کی سہولتیں دستیاب ہوئی ہیں، اتنا ہی نہیں پہلے جس حالات کے جواب تلاش کرنے میں کھل زندگی لگا دیا جاتا تھا اب وہ سوال چنگی میں حل کر دیئے جاتے ہیں۔ چنگی میں ان ٹھنڈوں کو سلجھایا جاتا ہے، جن کے لئے کبھی بے وجہ کے دلائل دیے جاتے تھے۔ کوئی چیز بھی پانی پر تیرتی کیوں ہے؟

پہلے یہ سمجھا جاتا رہا ہے کہ ہلکی چیزیں پانی پر تیرتی ہوئی ہے اور بھاری چیزیں پانی میں ڈوب جاتی ہیں۔ لیکن کچھ وقت بعد وہ تسلیم بھی غلط ثابت ہوئی کیونکہ یہ

روانہ ہوئے تو ہند اور لنکا کے درمیان سمندر پار کرنے کے لیے انہوں نے ایک پل بنوایا، بنوایا اور ان کی فوج نے پہاڑوں سے چٹانیں اٹھا کر سمندر میں ڈالیں، جو سمندر کی سطح پر تیرنے لگیں، یوں اس واقعہ کو رام جی کی کرامت کہا جانے لگا۔

چھتیس گڑھ میں کوربا میں رہنے والے کچھ بچے قریب ہی واقع ہمدیونامی دریا میں نہانے کے لئے گئے۔ دریا میں نہاتے وقت ہی ان بچوں کی نظر پانی میں تیرتی ہوئی ایک پتھر جیسی چیز پر پڑی، جو تیرتی ہوئے ان کی جانب ہی آرہی تھی۔ متحسب بچوں نے اسے ہاتھ میں پکڑ کر دیکھا تو پتہ چلا کہ پانی میں تیرنے والی وہ چیز پتھر ہے۔ اس سے وہ حیرت میں پڑ گئے، بچوں نے پتھر کو دریا میں بار بار پھینک کر دیکھا لیکن وہ ڈوب نہیں رہا تھا۔ اس پر بچے اسے اٹھا کر قریب ہی واقع نہر میں لے کر آ گئے۔ نہر کے پانی میں بھی پتھر تیر رہا تھا۔ پھر بچوں نے اس کی اطلاع بستی کے لوگوں کو دی۔ بستی کے لوگوں نے پتھر کو نہر کنارے واقع مندر میں رکھ کر پوچھا پتھر تیر رہا ہے۔

ہندوستان کی ریاست مدھیہ پردیش کے دیو اس ضلع سے 45 کلومیٹر دور جانی پھلیا گاؤں کے نزدیک مندر میں بھی اسی طرح کے پتھر سے بنائی گئی سات کلوزنی مورتی موجود ہے۔ ہر سال مندر کے موقع پر اس مورتی کو پوجا کر کے پورے اعزاز کے ساتھ دریا میں تیرایا جاتا ہے، اس بجوے کو دیکھنے کے لئے ہزاروں





ترقی یافتہ ممالک میں توہمات کی بجائے تیرتے پتھر کے چند مثبت استعمالات.... ایکوریم میں تیرتے مٹی پلاٹ اور پانی میں گھومتا گلوب۔



دو جاتا ہے۔ یہی حال سوئی کا ہے اس کا وزن تو کم ہے مگر چونکہ اس کا سائز اتنا کم ہے کہ اس کے نیچے موجود پانی کا وزن اس سے زیادہ ہونے کی وجہ سے وہ ڈوب جاتی ہے اگر اس سوئی جتنے وزن کے لوہے کو پھیلا کر ایک سنی میٹر چوڑا کر لیا جائے تو اب یہ لوہا بھی نہیں ڈوبے گا بلکہ پانی اس کے اوپر نہ آنے پائے۔ اسے پانی پر اس طرح رکھیں کہ پانی اس کے اوپر چڑھنے نہ پائے یعنی اس کے کنارے اونچے رکھے جائیں۔ لیکن اگر اسی سوئی کے جسم کو اپنی اصلی حالت میں رکھیں اور اس کے چاہے جتنے مرضی اونچے کنارے رکھیں وہ ہمیشہ ڈوب ہی جائے گی۔

مچھلی کے پانی پر تیرنے کا سبب کچھ مختلف ہے، مچھلی اپنے سائز کی وجہ پانی میں تیرتی ہوئی ہے۔ وہ اپنی ذم کی طرف سے پانی کو الگ الگ سمت میں ہٹاتی رہتی ہے اسی کی طرف وہ اپنے تیرنے کی سمت کا تعین کرتی ہے۔ مچھلی اپنے ذم کی طرف سے اپنے وزن کے برابر

دیکھا گیا کہ ہلکی انگلشن پانی میں ڈوب جاتی ہے جبکہ ہزاروں ٹن وزنی جہاز پانی میں مزے سے تیرتے رہتے ہیں، ان سے اس بات کو بھی تقویت ملی کہ تیرنے کے لئے ہلکا یا بھاری ہونا بھی کافی نہیں ہے بلکہ کچھ دوسرے سبب بھی ہونا چاہئے۔

دراصل پانی میں کسی چیز کے ڈوبنے کے لئے ضروری ہے کہ اس کا وزن اس کے حجم سے زیادہ ہو۔

یہ دیکھا گیا ہے کہ تیل پانی میں ہمیشہ تیرتا ہے، چاہے تیل، پانی میں ڈالا جائے یا پانی تیل میں، اس کی وجہ تیل کی کثافت کا پانی کی کثافت سے کم ہونا ہے۔ جس بھی مائع کی کثافت کم ہوتی ہے وہ ہمیشہ زیادہ کثافت والے مائع کی بالا سطح پر رہے گا۔

تیرنے کی دوسری مثال انگلشن و جہاز کی ہے۔ جس کے مشینوں کے اصول سے بخوبی سمجھا جاسکتا ہے، جس کے تحت جب حجم وزن کے حساب سے زیادہ ہو گا تو وہ چیز پانی میں ڈوبے گی نہیں۔ بحری جہاز اسی اصول کے تحت بنائے جاتے ہیں ان میں بحری جہاز کے ہزاروں ٹن وزن کو سطح پر اس طرح پھیلا دیا جاتا ہے کہ جہاز کی کثافت اس کے پینڈے کے نیچے موجود پانی کی کثافت سے کم ہو جاتی ہے۔

پانی کے اوپر موجود چیز کا وزن اس چیز کے نیچے موجود پانی کے وزن سے زیادہ ہو تو وہ چیز ڈوب جائے گی۔ اب جہاز کا وزن تو ہزاروں ٹن کا ہو سکتا ہے مگر اس کا سائز بڑھا کر اسے پانی پر اس طریقہ سے پھیلا دیا جاتا ہے کہ اس کا وزن اس کے نیچے موجود پانی کے وزن سے کم

مئی 2015ء

درجہ حرارت ہزاروں ڈگری سینٹی گریڈ ہوتا ہے جس میں چٹانیں پگھلی ہوئی حالت میں رہتی ہے ساتھ ہی اس میں مختلف گیسیں رہتی ہیں۔ جب بھی آتش فشاں پھٹتے ہیں تب ان کے دہانے سے بھاری دھواؤں کے ساتھ گرم لاوا نکلتا ہے۔ اس لاوے میں گرم گیسیں، پگھلی ہوئی چٹانیں باہر نکلتی ہیں جو آہستہ آہستہ ٹھنڈا ہو کر غوس شکل میں تبدیل ہونے



لگتا ہے، ان میں گیس کے بلبل بچے رہتے ہیں۔ یہ ہوا پتھر کے سوراخوں میں رہ جاتی ہے۔ اور یہ مخصوص ساخت اسٹینج، ڈبل روٹی کی طرح نظر آتی ہے۔

ایسے پتھر جس میں ایئر سیل ہوتے ہیں پانی میں تیرنے والے پتھر پومس Pumice کے نام سے جانے جاتے ہیں یہ پتھر اندرونی طور پر سوراخ دار ہوتے ہیں جن میں ہوا بھری ہوتی ہے۔ یہ ہلکے رنگ کے ہوتے ہیں جس میں سلیکا و ایلمینا کا فیصد زیادہ ہوتا ہے۔

ان پتھروں کی مختلف حالتوں اور خصوصیات کے بارے میں ہی باتیں کی جائیں تو کچھ پتھر چمکدار ہوتے ہیں تو کچھ شفاف، کچھ پتھر روشنی بکھیرتے ہیں تو کچھ ایک دم سیاہ ہوتے ہیں یہ خصوصیت پتھری میں نہیں دنیا میں بیشتر اشیاء و جاندار اس لہی انفرادیت کے ساتھ دستیاب ہے، ضرورت ہے ان پر سائنسی انداز فکر سے غور کرنے کی۔

سائنس نے فطرت کے کئی راز کو تحقیق و تجربات سے کھوجا ہے۔ ترقی یافتہ ممالک میں تو ہمارے کی بجائے تیرتے پتھر کے مثبت استعمالات ہو رہے ہیں مثلاً ایکوریٹم میں تیرتے سنی پلانٹ اور پانی میں گھومتے گلوب۔



پانی کو بھاتی ہے اور پانی میں تیرتی رہتی ہے۔ سمندر کے پانی میں نمک زیادہ مقدار میں گھلے رہنے سے پانی کھارا ہوتا ہے جس سے اس کی کثافت بڑھ جاتی ہے اس لئے سمندر کے پانی میں تیرنا دریا کے پانی میں تیرنے سے آسان ہے۔ اسرائیل کے پاس بحر مردار کے نام سے جھیل کے پانی میں تو نمک اتنا

زیادہ گھلا ہوا ہے کہ وہاں پر کوئی آبی مخلوق زندہ نہیں رہ پاتی۔ لیکن اس خصوصیت کی وجہ سے اس میں کوئی شخص ڈوب نہیں سکتا وہ آرام سے تیر سکتا ہے، بیٹھے رہ سکتا ہے۔

تیرنے والے پتھروں میں بھی کچھ خاصیت پائی جاتی ہے۔ ارضیاتی سائنس کی ایک کتاب پیٹرولوجی آف آئینیٹیشیوں راک (petrology of igneous rocks) مصنف ایف ایچ ایچ اے ویلز Hatch, F. W. Wells میں ایسے پتھروں کے سلسلے میں معلومات ملتی ہیں جو پانی پر تیرتے ہیں۔ ان کی اندرونی ساخت ایک دم غوس ہے جو کہ اندر سے اسٹینج یا ڈبل روٹی جیسے ہوتی ہے جس میں ایئر سیل میں بے ہوتے ہیں۔ ان کے اندر ہوا ہونے کی وجہ سے پتھر وزن میں بھاری ہونے کے باوجود بھی کثافت کے حساب سے ہلکے ہوتے ہیں اور اس وجہ سے پتھر پانی میں تیر پاتے ہیں۔

پیٹرولوجی کے متعلق ایک دوسری کتاب پیٹرولوجی آف آئینیٹیشیوں، سیڈیمینٹری اینڈ میٹامورفک (petrology igneous sedimentary and metamorphic) مصنف ہاروی ہارٹ (harvey blatt) میں بتایا گیا ہے۔ زمین کی اندرونی سطح میگما میں

انکشافات

چھوڑتے ہیں جو انسانی کان سن نہیں سکتے ہیں اور اس کے لیے وہ 50 کلویں ٹو سے بھی بلند سچ استعمال کرتے ہیں۔ تاہم یہ صرف رومانوی گیت ہی نہیں ہوتے، بعض مواقع پر چوہیاہائی فریکوئنسی پر اپنے نر کے لیے پیغام چھوڑتی ہے یا پھر اس کے نوزائیدہ بچے اپنی ماں کو بلانے کے لیے انتہائی بلند سچ استعمال کرتے ہیں۔

ریسرچرز نے لیبارٹری میں مختلف مقامات پر چوہیا کو بند کر کے چوہے کے گیتوں کو ریکارڈ کیا ہے۔ اسی طرح اگر کوئی مادہ قریب موجود ہوگی تو چوہے کی گیت کی طرز تبدیل ہو جاتی ہے۔ گیت سن کر چوہیا اپنے نر کے پاس پہنچ جاتی ہے۔

دیتی ہے۔ پروفیسر جارجس کے مطابق چوہے کے گیتوں میں کیونیکشن سگنلز پائے گئے ہیں اور یہ سگنلز کسی اچانک رویے کا اشارہ نہیں ہیں۔ چوہے کی ان نغمات کا تقابل محققین نے پرندوں کے گیتوں کے ساتھ بھی کیا۔

ڈیوک یونیورسٹی کے پوسٹ ڈاکٹریٹ ریسرچ میں شریک جونا تھن خانوٹ کا کہنا ہے کہ زیر زمین بلوں یا نکلے جنگلاتی ماحول میں جب کسی نر چوہے کا من کسی مادہ کے لیے چاہتا ہے اور ایسے میں وہ مادہ کو نہیں قریب یا دور تک محسوس نہیں کر پاتا تو پھر وہ محبت کے نغمے کو فضا میں بلند کرتا ہے۔ چوہے اپنی مادہ کے لیے گیت انتہائی بلند سچ پر

چوہے بھی گیت گاتے ہیں



صرف انسان ہی اپنے محبوب کو منانے یا اس کا دل جیتنے کے لیے گیتوں کا سہارا نہیں لیتے ہیں بلکہ یہ خاصیت چوہوں میں بھی پائی جاتی ہے۔ البتہ وہ ان گیتوں کے لیے انٹرا سائیک لہروں کا استعمال کرتے ہیں۔ شمالی کیلیفورنیا (امریکہ) کی ڈیوک یونیورسٹی کے شعبہ نیورویالوجی کے پروفیسر ایرک جارجس کا کہنا ہے کہ جانوروں میں کیونیکیشن انسانوں کے مقابلے میں بہتر انداز میں دکھائی

ایجادات

ایک منٹ میں چارج ہونے والی موبائل فون بیٹری تیار

کیلی فورنیا کی سٹینفورڈ یونیورسٹی کے محققین نے ایک ایسی نئی بیٹری تیار کر لی ہے، جو ایک منٹ سے بھی کم وقت میں مکمل ری چارج ہو جاتی ہے۔ ہارٹ فونز کے لیے بنائی گئی ایلیو منیم کی یہ بیٹری آسانی، لچکدار اور دیرپا بھی ہے۔ اس نئی ایجاد کے بعد اب تک موبائل فونز اور لیپ ٹاپ میں استعمال ہونے والی لیتھیم آئن بیٹریوں کی جگہ ایلیو منیم آئن بیٹریاں لے سکتی ہیں۔ بتایا گیا ہے کہ انتہائی تیز رفتاری سے ری چارج ہونے والی ایلیو منیم کی یہ بیٹری اب تک استعمال ہونے والی لیتھیم آئن بیٹری کی نسبت بہت زیادہ محفوظ بھی ہے۔ لیتھیم آئن بیٹری بعض اوقات پھٹ جاتی ہے اور اسے آگ بھی پا سانی لگ جاتی ہے۔

موجودہ لیتھیم آئن بیٹری تقریباً ایک ہزار سائیکلز کے بعد ختم ہو جاتی ہے جبکہ نئی بیٹری سات ہزار پانچ سو سائیکلز کے بعد بھی کام کرتی رہتی ہے۔ اس بیٹری کو موٹا یا ٹھنڈا بھی کیا جاسکتا ہے۔ ریسرچرز کے مطابق بڑے سائز کی ایلیو منیم بیٹریوں کو قابل تجدید توانائی کے الیکٹریل اسٹیشنوں پر توانائی اسٹور کرنے کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

کیو آر کوڈ Qr Code

نہ پاسورڈ کی جھنجھٹ، نہ لکھنے کی زحمت
وقت کی بچت اور ایک کلک پر معلومات محفوظ

آپ نے انٹرنیٹ پر کوئی سافٹ ویئر ڈاؤن لوڈ کرتے وقت، یا مختلف رسالوں میں اور اس میں کمپنیز کی پروڈکٹ پر ایک سیاہ رنگ کا چوکور خانہ دیکھا ہو گا، اس میں عجیب سی لائنیں اور ڈھیر سارے نقطے بنے رہتے ہیں۔ گزشتہ ماہ انہی صفحات پر ہم نے بتایا تھا کہ آئندہ آنے والے دور میں موبائل سم کا استعمال ختم ہو جائے گا اور اس کا متبادل لاگ ان آئی ڈی اور پاس ورڈ کی صورت میں ہو گا۔ البتہ یہ آئی ڈی اور پاس ورڈ، لمبے چوڑے نمبروں یا پیچیدہ حرفوں کے بجائے چوکور QR کوڈز پر مشتمل ہوں گے۔

یہ QR کوڈ کیا ہے؟... کیو آر کوڈ یعنی Quick Response Code ”کوئیٹک رسپانس کوڈ“ دراصل روایتی بار کوڈ کی ایک قسم ہے جسکی ابتداء جاپان سے ہوئی۔ کیو آر کوڈ بار کوڈ کے مقابلے میں سیدھی لائنوں کی بجائے کالے چوکور خانوں پر مشتمل ہوتا ہے۔ مختلف سائز کے یہ چوکور خانے مل کر ایک بڑا چوکور خانہ بناتے ہیں اس کا ہیک گراؤنڈ سفید ہوتا ہے۔ ان چوکور خانوں میں مختلف قسم کی معلومات سُور ہوتی ہیں جنہیں عام طور پر سمارٹ فون کیمرہ کی مدد سے سکین کیا جاتا ہے اور سافٹ ویئر اسے پڑھ کر ایک سیکنڈ میں معلومات موبائل سکرین پر دکھاتا ہے۔

کیو آر کوڈ سب سے پہلے موٹر گاڑی صنعتوں کے لئے تیار کیا گیا تھا۔ 1994 میں نوبوناکی ایک ذیلی کمپنی Denso Wave نے گاڑیوں کی تیاری کے دوران مختلف پڑوں کے بارے میں بہتر معلومات رکھنے کے لیے یہ نظام متعارف کروایا۔ لیکن اس کی جلد پڑھنے کی اہلیت اور بڑی سُور توجہ صلاحیت کی بنا پر، یہ کوڈ دوسرے شعبوں میں بھی مقبول ہو گیا۔



آج کیو آر کوڈز کا استعمال شاپنگ، انٹرنیٹ اور مختلف اقسام کی مصنوعات کی ٹریکنگ کے لیے کیا جاتا ہے۔ اسکے علاوہ کیو آر کوڈز کو پیسے کی منتقلی اور ویب سائٹس پر لاگ ان کرنے کے لیے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ کمپنیاں اور پروفیشنلز اپنے وزٹنگ کارڈز پر کیو آر کوڈز بھی چھپواتے ہیں جنہیں سکین کر کے آپ یو آر ایل لکھے بغیر ہی انکی ویب سائٹ اور دیگر معلومات ملاحظہ کر لیتے ہیں۔ جیسا کہ سامنے دیے گئے کوڈز کو اسکین کر کے آپ ڈائریکٹ روحانی ڈائجسٹ کی ویب سائٹ www.rooahanidigest.net پر پہنچ سکتے ہیں۔

بعض مارکیٹنگ کمپنیاں مصنوعات کی تشہیر یا خصوصی ڈسکاؤنٹ فراہم کرنے کے لیے بھی کیو آر کوڈز کو پبلک مقامات اور اخبارات میں شائع کرتی ہیں، جس سے صارفین کی دلچسپی میں اضافہ ہوتا ہے۔ 2011 میں نیدر لینڈ کے رائل ڈچ منٹ نے کیو آر کوڈ کے حامل سکے بھی جاری کیے۔ اور تو اور کچھ ممالک میں اب قبر کے کتبوں پر مرنے والی کی معلومات کیو آر کوڈ کی شکل میں چسپاں کی جا رہی ہیں۔

روایتی بار کوڈ کے مقابلے میں QR code میں ڈھیروں معلومات سُور کی جا سکتی ہیں۔ مثلاً آپ اس میں اپنا نام،



پتہ اور ٹیلی فون نمبر، فیس بک پتہ، ویب سائٹ یا پھر کوئی بھی پیغام سنور کر سکتے ہیں۔ جب آپ کے دوست اسے سکین کریں گے تو انہیں یہ معلومات مل جائیں گی۔ مثال کے طور پر سامنے دیا ہوا کیو آر کوڈ روحانی ڈائجسٹ کا وزٹنگ کارڈز Vcard ہے جسے اسکین کر کے روحانی ڈائجسٹ کا پتہ، فون نمبر، ای میل اور ویب ایڈریس سب کچھ از خود آپ کے موبائل کا منیٹ میں محفوظ ہو جائے گا۔

اسکے علاوہ آپ کیو آر کوڈ میں کچھ کمانڈز بھی محفوظ کر سکتے ہیں جیسے کسی خاص نمبر پر کوئی پیغام SMS بھیجنا ہو تو اس کا کیو آر کوڈ بنا لیجئے، جو کوئی بھی اسے سکین کرے گا اس کے نمبر سے پیغام بھیج دیا جائے گا۔ کوئی بھی ڈسکرپشن، تحریر حتیٰ کہ یہ پورا آرٹیکل بھی کیو آر کوڈ کی مدد سے بھیجا جاسکتا ہے۔

روایتی بار کوڈ کے مقابلے میں کیو آر کوڈ کو پڑھنے کے لیے کیمرہ کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اس مقصد کے لیے سمارٹ فونز کا استعمال عام ہے جس میں لگا پرا سیمر کیمرہ، لی گئی تصویر کا تجزیہ کرتا ہے اور بے شدہ سینڈرز کی مدد سے کیو آر کوڈ سے معلومات حاصل کرتا ہے۔ کیو آر کوڈ پڑھنے کے لیے اینڈرائیڈ، آئی او ایس، ونڈوز فون، بلیک بیری اور دیگر آپریٹنگ سسٹمز کے لیے بہت سی ایپلی کیشنز دستیاب ہیں۔ جو آپ اپنی اسٹور سے یا سانی اور بالکل مفت حاصل کر سکتے ہیں۔ جو Barcode اور scan.me ، QR Droid Code Scanner ، QR Code Reader ، QR Reader Generator/Reader کے نام مشہور ہیں۔

کیو آر کوڈ پڑھنے کا طریقہ بالکل سہیل ہے۔ بس اپنی ڈوائس کے آپریٹنگ سسٹم کے مطابق ایپس ڈاؤن لوڈ کریں اور اسے اوپن کریں اوپن ہوتے ہی ایک کیمرہ اسکرین اوپن ہو جائے گا۔ اسے کس بھی بار کوڈ کے سامنے لائیں، یہ فوراً ہی بتا دے گا کہ اس میں کیا کیا پوشیدہ ہے۔

کیو آر کوڈ کا استعمال مفت ہے اور اسکے لیے کسی قسم کے لائسنس کی ضرورت نہیں۔

احتیاط بھی ضروری ہے: تاہم غیر ضروری طور پر کسی بھی انجمن کیو آر کوڈ کو سکین کرنے سے گریز کیجئے، کیونکہ ہیکرز کیو آر کوڈ کے ذریعے آپ کے کمپیوٹر یا موبائل فون میں موجود خفیہ معلومات تک مکمل رسائی حاصل کر سکتے ہیں اور آپ کے فون میں موجود کیمرہ کو خفیہ نگرانی کے استعمال یا پھر آپ کے میٹس کے زیاں کا باعث بھی بن سکتے ہیں۔



زیادہ چکنائی والی غذائیں
بچوں کی ذہنی صلاحیت پر
اثر انداز ہوتی ہیں



بچوں میں ضروری ذہنی صلاحیت کی جانچ کے لیے امریکا کی ایلی نوائے یونیورسٹی کے سائنسدانوں نے 7 سے 10 برس کے بچوں پر تحقیق کی اور انکشاف کیا ہے کہ مرغن اور تلے ہوئے کھانے بچوں کی ذہنی صلاحیت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ یہی نہیں جو بچے پھورٹنڈ چربی والی غذائیں کھاتے تھے ان میں سوچ و فکر اور جوابی رد عمل کی رفتار مست ہوتی ہے۔ ان بچوں میں چیزوں کو یاد رکھنے کی صلاحیت بھی کمزور ہوتی ہے۔

دانت صاف، دل تندرست

دانت اور دل میں کسی
تعلق پایا جاتا ہے۔

برطانیہ میں کی جانے والی حالیہ تحقیق میں انسانی ذہن میں پائے جانے والے بیکٹریا سے ہونی والی دانتوں کی خرابی اور دل کی بیماریوں کے درمیان تعلق دریافت کرتے ہوئے کہا گیا ہے کہ وہ افراد جو دانتوں

ایک ایسا درخت جسے انٹم ہم
بھی نقصان نہیں پہنچا سکا

”جنگبو بلوبا“ ginkgo biloba

طب کی دنیا کے مشہور ترین درختوں میں سے ایک ہے، جنگبو بلوبا پودا پہلے صرف چین میں پایا جاتا تھا لیکن بعد میں کوریا اور جاپان میں بھی اسے لگایا جانے لگا۔ اس درخت کی جڑوں پھل

اور پتوں کا مختلف بیماریوں کے علاج کے قدیم

نسخوں میں کافی استعمال نظر آتا ہے اور موجودہ دور میں بھی اسے قدرتی ادویات میں کثرت کے ساتھ استعمال کیا جاتا ہے۔ جنگبو بلابانامی اس درخت کا قد عام طور پر 20 سے 25 میٹر تک ہوتا ہے مگر چند درخت 50 میٹر کی اونچائی تک بھی پہنچ جاتے ہیں۔ ان درختوں پر مال ہی میں بنائی جانے والی ایک ڈاکو میٹری فلم میں بتایا گیا ہے کہ یہ درخت انتہائی مناسب ماحول میں بھی اپنی افزائش جاری رکھتا ہے۔

ڈاکو میٹری میں یہ بھی انکشاف کیا گیا ہے کہ دوسری جنگ عظیم کے دوران جب امریکا نے جاپان کے شہر ہیروشیما پر ایٹم بم گرایا تو دھماکا کے جھکے ایک کلو میٹر کے فاصلے پر جنگبو بلوبا کے 6 درخت لگے ہوئے تھے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ انہی دھماکے کے بعد یہ 6 درخت ان چند جانداروں میں سے تھے جو زندہ بچ گئے تھے جب کہ تقریباً تمام پودے اور جانور مر گئے تھے جب کہ یہ درخت آج بھی زندہ اور اپنی جگہ پر قائم ہیں۔

جاتی ہیں جو دل کی صحت کے لئے نقصان دہ ہوتی ہیں اور ان کے زیادہ استعمال سے دل کے دورے کا خدشہ بڑھ جاتا ہے، اس لئے منہ کو صاف رکھنا بے حد ضروری ہے تاکہ دانتوں کی تکالیف کے ساتھ دل کی حفاظت کو بھی یقینی بنایا جاسکے۔



کے انفیکشن میں مبتلا ہوتے ہیں انہیں دل کی بیماریاں لاحق ہونے کا خدشہ زیادہ ہوتا ہے۔ طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ دانتوں کی بیماریوں میں سب سے عام مسوڑھوں کی تکالیف اور دانتوں میں کیڑا لگنا ہے جس میں سوزش سے فوری آرام کے لئے عموماً درد کش ادویات استعمال کی

روح کا انتقام



حیات اور انتقام کے ایک نچے اور پر اسرار کہانی۔ جو آج بھی اسکاٹ لینڈ کی لوک داستانوں میں شمار ہوتی ہے اور وہاں کے ہر باشندے کی زبان پر عام ہے۔

سب چھوٹا لڑکا تھا۔ سر جیمز اسٹوارٹ کو برطانوی سول وار میں چارلس دوم کی حمایت کی وجہ سے ٹائٹ Knight کا خطاب ملا، وہ اسکاٹ لینڈ پارلیمنٹ کی جانب سے ایڈنبرگ میں بطور کمشنر بھی اپنے فرائض انجام دیتے رہے۔

سر جیمز اسٹوارٹ نے بے پناہ دولت کمائی اور اپنے ہر بیٹے کو کوئی نہ کوئی جاگیر خرید کر اس کا نواب بنایا، سب سے چھوٹا اور چھوٹا لڑکا ہونے کے وجہ سے رابرٹ اسٹوارٹ، ایک بگڑا ہوا نواب زادہ بن چکا تھا، اسے اٹلن بینک کی جاگیر ملی۔

یہ کہانی 1670ء کی دہائی سے شروع ہوتی ہے

یہ ساڑھے تین سو سال پہلے کا واقعہ ہے۔ اسکاٹ لینڈ کے سرحدی صوبے اسکاٹش بارڈر میں بروک شائر کاؤنٹی Berwickshire کے ایڈرم گاؤں کے نزدیک بلیک ایڈر Blackadder کے دریا کے کنارے اٹلن بینک Allanbank میں ایک متمول خاندان رہائش پذیر تھا۔ اس خاندان کا مالک، رئیس زادہ اور ہیرونیٹ (نواب) رابرٹ اسٹوارٹ Robert Stuart تھا۔

رابرٹ اسٹوارٹ ایڈنبرگ Edinburgh کے جاگروار و منتظم Lord Provost اور تاجر سر جیمز اسٹوارٹ اور ان کی پہلی بیوی این ہوپ کا ساتواں اور

جب رابرٹ اسوارٹ تعلیم حاصل کرنے یورپ روانہ ہوا۔ اسوارٹ ایک حسین و جمیل شخصیت کا مالک تھا اور عیاش زندگی کا متلاشی، لہذا وہ بیرون ملک جانے میں بڑی مسرت محسوس کر رہا تھا۔

پہلے وہ روم گیا۔ اس نے بہت کم وقت پڑھائی میں صرف کیا اور زیادہ عرصہ سیر و تفریح اور زلف بچپاں کے سائے میں گزارا۔ جب یہاں کی رنگین صحبتوں سے اس کا دل سیر ہو گیا تو اس نے حسین خوابوں کی سر زمین پیرس میں قدم رکھا۔

اس زمانے میں لوئی چہار دہم Louis XIV فرانس کے تخت پر متمکن تھا اور اس کے دربار پر دن عید اور رات شب برات کا گناہ ہوتا تھا۔ اس کے درباری زیادہ وقت عیاشی اور ساز باز میں صرف کرتے تھے۔ امراء میں عمدہ لباس اور عمدہ خوراک کا شوق جنون کی حد تک بڑھ گیا تھا۔ ایسی رنگین فضا میں جب اسوارٹ داخل ہوا تو گویا اس کے دل کی مراد پڑ گئی۔

اسوارٹ جس مکان میں رہائش پذیر ہوا، اس کا رخ ایک عیسائی خانقاہ convent کی طرف تھا۔ وہ ہر صبح نوجوان راہبوں کو کونونٹ میں آتے جاتے دیکھتا۔ ان میں کچھ راہبائیں بھی ایسی تھیں جو راہبانہ زندگی سے زیادہ دنیا میں دلچسپی رکھتی تھیں اور موقع کی تلاش میں رہتیں کہ کسی طرح چرچ کی روٹھی چھکی زندگی سے نجات حاصل کریں۔ خانقاہ سے باہر کی دنیا میں خوشیوں سے دامن بھرنے کے لیے بے قرار ایک راہبہ کا نام جین ڈیلا سیلے Jeanne de la sale تھا جو بعد میں پیرلین جین Pearlين Jean کے نام سے مشہور ہوئی۔

جین آتے جاتے اسوارٹ کو اپنی بڑی بڑی نیلی آنکھوں سے اس طرح دیکھتی گویا وہ اسے اپنی آنکھوں میں سمو لے گی۔ جین طبعاً رومان پسند واقع ہوئی تھی۔

جب سے نوجوان راہبہ نے اسوارٹ کو دیکھا تھا، اس کے دل میں ہلچل مچ گئی تھی۔ اس نے تہیہ کر لیا کہ راہبہ کی زندگی ترک کر دے گی اور باقی زندگی اسوارٹ کے ساتھ گزارے گی۔

جہاں تک اسوارٹ کا تعلق تھا، ”دونوں طرف ہے آگ پر لرزگی ہوئی“ والا معاملہ تھا اور پھر ایک تاریک شب جین چرچ کی سرحد پار کر کے اپنے محبوب سے آئی۔ اسوارٹ اسے پا کر بے حد خوش تھا۔ اسے اپنی مصنوعی جائیداد زندگی سے زیادہ جین کی سادگی بھائی۔ وہ جین اور ملازمین کے ہمراہ اس مکان سے منتقل ہو کر کانونینٹ سے دور ایک ہوٹل میں قیام پذیر ہو گیا جہاں وہ دونوں اپنی محبت کو پروان چڑھانے لگے۔ اس طرح دو مہینے بیت گئے۔

یہاں تک کہ اسوارٹ اس خاموش زندگی سے اکتا گیا۔ اب اس نے موسائی گریز سے راہ و رسم بڑھائی شروع کر دی۔ وہ جین سے کوئی نہ کوئی بہانہ کر دیتا اور رات رات بھر غائب رہتا۔

بے چاری جین سینے پروٹنے میں لگی رہتی یا آہیں بھرتی۔ اسے اسوارٹ کی بے اعتنائی کا بے پناہ دکھ تھا۔ وہ اب ایک ایسی مسافر تھی جس کی کوئی منزل نہ تھی۔ جب اسوارٹ دیر سے لوفا تو جین کو روتے پایا۔ پھر کچھ ہی دنوں بعد وہ ایک دوسرے کو طعنے دینے اور لڑنے جھگڑنے لگے۔

آخر کار ایک دن جین نے زار و قطار روتے

ہوئے اسٹوارٹ سے کہا ”تمہاری خاطر میں نے چرچ کو خیر باد کہا اور اب گناہ کی زندگی بسر کر رہی ہوں۔ آخر تم وعدے کے باوجود مجھ سے شادی کیوں نہیں کرتے....؟“

”میں تم سے ہزار بار کہہ چکا ہوں۔“ اسٹوارٹ نے غصے سے کہا۔ ”میں اپنے والد کی مرضی کے بغیر شادی نہیں کر سکتا۔ وہ مجھے تم سے شادی کرنے کی کبھی اجازت نہیں دیں گے اور اگر میں نے ان کا کہا نہ مانا تو جانیداد سے محروم کر دیا جاؤں گا۔“

”تو پھر.... برائے خدا مجھے اپنے ساتھ اسکاٹ لینڈ لے چلو۔“ جین التجا کرتے ہوئے بولی۔ ”میں تمہارے والد کو اپنا حسب و نسب بتاؤں گی تو وہ یقیناً شادی کی اجازت دے دیں گے کیونکہ میں بھی ایک معزز گھرانے کی فرد ہوں۔“

”ہم ایک ساتھ کس طرح سفر کر سکتے ہیں جبکہ ہم غیر شادی شدہ ہیں....؟“

اس پر جین پھوٹ پھوٹ کر رونے اور اسٹوارٹ سے التجا کرنے لگی کہ وہ اس پر اس قدر ظلم نہ کرے لیکن اسٹوارٹ نے اس کی ایک نہ سنی اور حقارت سے ہر التجا ٹھکرا دی۔

صبح کے دھندلے میں ایک گھمبیری ہوٹل کے دروازے پر آکر رکی۔ مسٹر اسٹوارٹ، سلمان سے لدے پھندے ملازم ہمراہ اپنے کمرے سے برآمد ہوئے اور گھمبیری میں سوار ہو گئے۔ جوں ہی کوچوان نے گھوڑوں کے چلنے کے لیے باگ کھینچی، ہوٹل کے اندر سے جیرلین جین بھاگتی ہوئی آئی۔ وہ اس وقت موتی سے جڑا، فیتہ دار لباس زیب تن کیے ہوئے تھی۔ اس کے بال بکھرے ہوئے اور سانس پھولا ہوا

تھا۔ اس نے آتے ہی گھمبیری کے دروازے کے ہینڈل پر ہاتھ رکھا تا کہ اندر داخل ہو سکے اور چلاتے ہوئے کہا ”رابرٹ! مجھے معلوم ہے کہ تم اسکاٹ لینڈ جا رہے ہو۔ خدا کے واسطے مجھے بھی ساتھ لے چلو۔ مجھے یہاں بے یار و مددگار مت چھوڑو۔“

لیکن رابرٹ اسٹوارٹ کو اس کی اس حالت زار پر ذرا رحم نہ آیا اور اس نے اندر سے دروازے کا ہینڈل سختی سے پکڑ لیا اور کوچوان کو اشارہ کیا کہ گھمبیری چلائے اور ہرگز نہ رکے۔

”مجھے چھوڑ کر تم ہرگز نہیں جا سکتے۔“ جین چیخی۔ ”رابرٹ سن لو۔ اگر تم نے مجھ سے بے وفائی کرتے ہوئے کسی اور سے شادی کی تو میں تم دونوں کے درمیان آ جاؤں گی اور آخر دم تک تمہاری جان نہیں چھوڑوں گی۔“

”گھمبیری فوراً چلاؤ۔“ اسٹوارٹ نے چلا کر کہا اور کوچوان نے حکم کی تعمیل کی۔ گھوڑے سریت بھاگنے لگے۔ جین پائیدان پر کھڑی ہونے کی کوشش کرنے لگی یہاں تک کہ ایک جھٹکے کے ساتھ نیچے گری اور گھمبیری کا پیہ اس کے سر کو پکھلتا ہوا گزر گیا۔ اسٹوارٹ نے جین کے چیخنے کی آواز سنی، مگر اس کا دل مطلقاً نہ پسچا اور اس نے سفر جاری رکھا۔



دو تین ہفتے بعد ایک دوسری گھمبیری میں اسٹوارٹ بیٹھا اپنے رہائشی قصبے ایلن بینک کی طرف جا رہا تھا۔ پیرس میں تو وہ بہت قیمتی لباس پہنا کرتا تھا مگر یہاں آتے ہوئے اس نے سادہ لباس پہن رکھا تھا۔ جب اس کے پاس سے ایک چرواہی اپنے مویشیوں کے ہمراہ گزری تو وہ مسکرا دیا۔ کیوں نہ

سے کانپنے لگا۔

بہیں نہیں معلوم اس بھیانک رات اسٹوارٹ کس طرح اپنے محل میں داخل ہوا۔ لیکن امر واقع یہ ہے کہ اب اس میں بے حد تبدیلی نمایاں تھی۔ اب وہ پہلے سارنگھین مزاج اور آتش نوا نوجوان نہیں بلکہ اپنی منزل سے بھٹکا ہوا مسافر معلوم ہوتا تھا جو ہر وقت کچھ نہ کچھ سوچتا رہتا۔ اب ایلن بینک کا محل بھی پہلے کی طرح خوشیوں اور مسرتوں کی آماجگاہ نہ تھا بلکہ وہاں عجیب عجیب بھیانک واقعات ہونے لگے تھے۔ دروازوں پر دستک ہوتی۔ کبھی کبھی دلخراش چیخوں کی آواز سنا دی جاتی اور کمروں اور غلام گردشوں سے نہ دکھائی دینے والی کسی ہستی کے چلنے پھرنے اور لباس کی سرسراہٹ سنا دی جاتی مگر کچھ دکھائی نہیں دیتا تھا۔ ایک رات ایک خادمہ نے جین کا بھوت دیکھا۔ وہ خوف کے مارے چیختی اور کہتی جاتی ”وہ دیکھو، موتیوں کا لباس پہنے وہ عورت جا رہی ہے۔ اسے پکڑو۔“ جب وہ ہوش میں آئی اور اس کا خوف دور ہوا تو اس نے بتایا کہ اسے ایک عورت دکھائی دی تھی جس نے موتیوں کا لباس پہن رکھا تھا۔

جین ایک خاص قسم کا سفید مرغولے دار لباس winding sheet پہنے ہوئے نظر آتی، جو فیتے Lace سے بندھا ہوا تھا اور اس میں موتیوں کی لڑیاں جڑی ہوئی تھیں، اس دور میں یورپ میں اس لباس کو عموماً پیرلین Pearlین یعنی ”موتیوں والا“ کہا جاتا، یہی لباس موت کے وقت جین نے پہن رکھا تھا۔ اسی وجہ سے جین کا نام ”پیرلین جین“ پڑ گیا۔

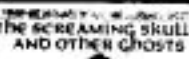
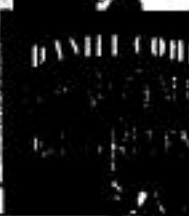
پیرلین جین کے بھوت اور گھر پر آسیب کا اثر اس وقت زیادہ ہوتا جب مالک مکان گھر پر رہتا۔ جب

مسٹر اسٹوارٹ جبکہ وہ ایک نہایت کامیاب اور مسرتوں سے بھرپور دورہ کر کے وطن واپس آ رہا تھا۔ وہ سوچ رہا تھا کہ اس کے والدین بے تابانہ اس کا انتظار کر رہے ہوں گے اور حسین ترین لڑکیاں اس کے سامنے پیش کی جائیں گی تاکہ وہ ان میں سے کسی کو اپنی رفیقہ حیات منتخب کرے۔

جیسے ہی گھر قریب آیا اسٹوارٹ نے ابھی سے منہ نکال کر اپنے عظیم الشان محل کی طرف نظر دوڑائی۔ ابھی تیزی سے اپنی منزل کی طرف رواں دواں تھی اور محل کا دروازہ محض بیس پچیس گز دور رہ گیا ہو گا کہ یک لحظہ ابھی میں جتا ایک گھوڑا خوف سے جھپٹا اور اگلے ہی لمحے دوسرے گھوڑے نے اپنے ساتھی کی پیروی کی۔

کوچوان نے گھوڑوں کو ہنٹر مارے اور گالیاں دیتے ہوئے کہا ”کبھو! جب سفر ختم ہوئے والا ہے تو غرے کر رہے ہو۔“ لیکن دونوں گھوڑوں نے ایک ایک قدم بڑھانے سے انکار کر دیا، خوف کے مارے ان کی آنکھیں پھٹی کی پھٹی رہ گئیں۔

”کیا جوا ہے....؟“ مسٹر اسٹوارٹ نے چہرہ باہر نکال کر کہا۔ ”آخر یہ ایک دم کیوں پاگل ہوئے جا رہے ہیں....؟“ بظاہر کوئی چیز بھی ایسی نظر نہ آتی تھی جس نے گھوڑوں کو خائف کر دیا ہو۔ لیکن یہ کیا....؟ جب اسٹوارٹ نے دروازے کی طرف دیکھا تو کوئی چیز وہاں موجود تھی۔ جب اس نے بغور نگاہ ڈالی تو کیا دیکھتا ہے کہ جین نے استقبال کے لیے ہاتھ پھیلا رکھے ہیں اور اس کے سر سے خون بہہ رہا ہے جو اس کے پکڑوں کو رنگین بنا رہا ہے۔ یہ دیکھتے ہی اسٹوارٹ کا رنگ زرد پڑ گیا اور وہ خوف



جس طرح برصغیر میں لیلیٰ مجنوں، شیریں فرہاد،
بیر راغچا کی داستانیں زبان زد عام ہیں اسی طرح
”پیر لین جین“ کی کہانی بھی اسکاٹ لینڈ کی مشہور
لوک داستانوں میں سے ایک ہے، جو تین سو پچاس
برس گزر جانے کے باوجود بھی اسکاٹ لینڈ میں ہر
خاص وعام کو یاد ہے، اس کہانی کو اب تک سینکڑوں
مصنفین نے اپنی کتاب میں لکھا ہے۔ سب سے پہلے



اس کہانی کو اٹھارہویں صدی کے اسکاٹ لینڈ کے مورخ اور ادیب چارلس کرک پیٹرک
شارپ Charles Kirkpatrick Sharpe دنیا کے سامنے لائے۔

1848ء میں کیہترین کوئے نے کتاب The Night Side of Nature, or
Ghosts and Ghost Seers 1856ء میں جارج میڈرسن نے کتاب
Popular Rhymes, Sayings and Proverbs of the County of
Berwick 1897ء میں جان انگرم نے اپنی کتاب
The Haunted Homes and Family Traditions of Great Britain
کی۔ بیسویں صدی میں برطانیہ کی آسپی حویلیوں پر لکھی گئی تقریباً ہر کتاب میں پیر لین جین
کی کہانی کا ذکر موجود ہے۔ جن میں 1921ء کی ارنسٹ رہارڈ کی کتاب The Haunters
and the Haunted 1911ء کی ایلٹ اوڈنیل کی Scottish Ghost
Stories کے علاوہ Fifty Great Ghost Stories اور Ghost Trails: Edinburgh
and the Borders وغیرہ شامل ہیں۔ زبیر نظر کہانی انہی کتابوں کی مدد سے تحریر کی گئی ہے۔

وہ لندن چلا جاتا تو گھر میں امن و امان رہتا مگر جوں ہی
اسٹوارٹ گھر واپس آتا، فوراً ہی قدموں کی چاپ اور
لباس کی سر سراب سنائی دیتی۔ اسی طرح دروازے
کھلتے اور بند ہوتے اور فرنیچر خود بخود اپنی جگہ بدل
لیتا۔ غرضیکہ ایسی فضا میں گھر والوں کی نیند حرام
ہو گئی تھی۔ یہاں تک کہ باری باری سارے ملازم
نوکری چھوڑ چھوڑ کر اس گھر سے بھاگ گئے، لیکن
سب سے زیادہ عذاب رابرٹ اسٹوارٹ پر تھا۔ اسے
اپنی مردہ محبوبہ کا بھوت نظر آتا تھا جس کے سر سے
خون بہ رہا ہوتا تھا۔
آخر اسٹوارٹ نے شادی کر لی، اس نے سوچا کہ
اب اطمینان سے زندگی گزرے گی۔ اس کی بیوی اعلیٰ

خاندان سے تعلق رکھتی تھی اور اپنے طور و اطوار سے اس کے لیے بالکل موزوں تھی۔ تھوڑے عرصے بعد اسٹوارٹ کو بیرن کا خطاب بھی ملا۔

ایلیٹن بینک کے بھوت کاراز لیڈی اسٹوارٹ کو بتا دیا گیا تھا، نئی نویلی دلہن نے جیسے ہی اس محل میں قدم رکھا، بیرلن جین کا بھوت زور شور سے نمایاں ہونے لگا لیکن لیڈی اسٹوارٹ نے ہار ماننے سے انکار کر دیا اور بھندری کہ خواہ بیرلن جین کا بھوت اسے نظر آتا رہے مگر وہ اپنا گھر چھوڑ کر کسی حالت میں نہیں جائے گی۔

اسٹوارٹ اپنی بیگم سے بے حد خوش تھا۔ اس نے بیگم پر اپنی محبت مزید ظاہر کرنے کے لیے لندن کے ایک مشہور مصور سے رابطہ اور بیگم کی تصاویر بنا کر گیلری میں آویز کر دیں۔ اس رات یہ تصاویر گیلری میں آویزاں کی گئیں، ایلزبتھ کی قیامت آگئی۔ بیرلن جین کے بھوت، رات آفت ہی دھاندلی۔ محل کا فرنیچر اور چینی کے قیمتی برتن تھیں کہیں سے گرنے لگے۔ دروازے کھلنے اور بند ہونے کا شور دور دور تک سنا جاسکتا تھا۔ زینوں اور کمروں میں قدموں کی آواز اور لباس کی سرسراہٹ اور بھی پر شور ہو گئی اور جو چیز بھی بھوت کے راستے میں حائل ہوتی وہ ٹوٹ پھوٹ جاتی۔

ان ہولناک واقعات سے رابرٹ اسٹوارٹ سخت پریشان ہو گیا۔ اس نے اسکاٹ لینڈ کے چیدہ چیدہ پادریوں کو دعوت دی کہ وہ عملیات سے بھوت کو بھگا دیں، چنانچہ سات پادری ایلیٹن بینک کے محل میں آئے اور انہوں نے کھنٹوں عملیات کیے۔ لیکن توبہ کیجیے صاحب، بھوت پر کوئی اثر نہ ہوا اور ایلیٹن

بینک آسیب زد ہو رہا۔

آخر کار رابرٹ اسٹوارٹ یہ عقدہ حل کرنے کے لیے دوسری تدابیر سوچنے لگا۔ تب یک لخت اسے خیال آیا کہ جین کے آخری الفاظ یہ تھے ”رابرٹ سن! اگر تم نے مجھ سے بے وفائی کی اور کسی دوسری عورت سے شادی کی تو میں تم دونوں کے درمیان آ جاؤں گی اور آخر دم تک تمہاری جان نہیں چھوڑوں گی۔“

اسٹوارٹ نے سوچا کہ اگر بیرلین جین کی ایک تصویر بنا کر اپنی اور بیگم کی تصویر کے درمیان آویزاں کر دی جائے تو ممکن ہے بیرلین اس کا پیچھا چھوڑ دے، چنانچہ اس نے اس بارے میں اپنی بیوی سے مشورہ کرنے کے بعد لندن کے اسی مشہور آرٹسٹ سے جین کی ایک تصویر بنوائی۔ چونکہ جین کی پہلے سے کوئی تصویر موجود نہ تھی، لہذا یہ تصویر محض اسٹوارٹ کے بتائے ہوئے طریقے پر بنی تھی۔

جب یہ تصویر ان میاں بیوی کی تصاویر کے درمیان آویزاں کی گئی تو اس کا اثر حسب دلخواہ ہوا، یعنی بھوت نسبتاً خاموش ہو گیا اور اب اس نے اسٹوارٹ کے سامنے ظاہر ہونا بھی بند کر دیا۔ اسٹوارٹ خوش تھا کہ اب وہ آرام کی نیند سو سکتا ہے۔

اسی طرح کئی سال گزر گئے اور جین کا بھوت قصہ ماضی بن گیا۔ اسٹوارٹ نے سوچا کیوں نہ اب یہ تصویر خاندانی تصاویر سے علیحدہ کر دی جائے۔ اس کی وجہ یہ بھی تھی کہ گھر میں جب کوئی نووارد آتا تو وہ جین کی تصویر کے بارے میں طرح طرح کے سوال کرتا اور سب سے بڑھ کر یہ کہ اسٹوارٹ کے بچے ہوش سنبھالنے لگے تھے اور وہ اپنے والد اور والدہ کی

ایلن بینک کا آسیبی محل

سترہویں صدی عیسوی کے آخر میں ایلن بینک کا محل رابرٹ اسٹوارٹ نے بنوایا تھا۔ اسٹوارٹ کے پیرس سے لوٹنے پر ہی اس حویلی میں انہونے واقعات ہونے لگے جس کا شکار رابرٹ کے ساتھ اس کے دیگر گھر والے بھی بنے۔ جارج ہوم 1694ء میں لکھی کتاب An Album of Scottish Families میں رقرار ہیں کہ رابرٹ اسٹوارٹ اور اس کی بیوی جین کے علاوہ جین کی ماں، رابرٹ کی بہن، اور چار لڑکے اور تین لڑکیاں مقیم تھے، رابرٹ کے ملازمین کی تعداد 19 بھی جن میں 8 مرد اور 11 خواتین شامل ہیں۔



1707ء میں اسٹوارٹ کی موت کے بعد یہ محل اس کے

خاندان کی سی ملکیت رہا جس میں جین کے بھوت نے اپنی سرگرمیاں جاری رکھیں۔ 1790ء میں اسٹوارٹ خاندان اس گھر کو بیچ کر چلا گیا۔ اس



کے بعد بھی گھر میں جو کوئی رہائش پذیر ہوا اسے پیرلین جین کا بھوت یا اس کے قدموں کے آہٹ سنائی دیتی رہتی۔ آخر کار 1848ء کے بعد سے لوگوں نے یہاں رہائش ترک کر دی اور بیسویں صدی کی ابتداء میں یہ محل مستقل طور پر بے آباد ہو کر

گھنڈر بن گیا۔ البتہ جنگ عظیم کے دور میں اسے فوجیوں نے کچھ عرصہ چھاؤنی کے طور پر استعمال کیا۔ 1969ء میں ایلن بینک کا یہ محل اور اس کے متصل مکانات کو مسمار کر دیا گیا۔

تصاویر کے درمیان ایک اجنبی عورت کی تصویر دیکھ کر حیرانی کا اظہار اور قسم قسم کے سوالات کرتے تھے۔ غرض ایک دن جین کی تصویر دیوار سے اتار کر گھر کے ایک گوشے میں ردی چیزوں کے ساتھ ڈال دی گئی۔ جیسے ہی تصویر اتاری گئی، جین کا بھوت واپس آگیا اور ایلن بینک پھر ایک آسیب زدہ محل کہلانے لگا۔ یہاں تک کہ بھوت نے اسٹوارٹ اور اس کی بیگم کی زندگی تلخ کر دی۔ مسلسل صدیوں سے یہ محل اس کی دفات کے بعد بھی جین کے بھوت نے اپنی سرگرمیاں جاری رکھیں اور اب وہ باغ اور صحن میں

بھی دکھائی دینے لگی۔



آیا اسے روزانہ رات دس سے گیارہ بجے تک رونے اور
سکسنے کی آواز سنائی دیتیں اور کبھی کسی جھگڑے کی آواز
یا سرگوشیاں بھی سنائی دیتیں، ایسا لگتا کہ کوئی عورت کسی
سے لڑ رہی ہے اور شادی کا تقاضا کر رہی ہے۔

ارنٹ رہائشی کتاب The Hunters and

the Haunted میں رقر از ہیں کہ 1790ء میں دو
خواتین اس محل میں رہائش پزیر ہوئیں۔ انہیں اس
گھر اور پیرلین جین کے متعلق کچھ علم نہ تھا۔ رات کو
انہیں ایسا محسوس ہوا کہ ان کے بیڈ روم کے ارد گرد
کوئی چہل قدمی کر رہا ہے، بالآخر تنگ آکر وہ بھی
مکان چھوڑ گئیں۔

اٹھارویں اور انیسویں صدی میں پیرلین جین
کے بھوت کو کبھی کبھی دیکھا جاتا تھا مگر اب اس میں وہ
دم ختم نہیں رہا تھا بلکہ اس نے مظلوم کا روپ دھار لیا
تھا۔ ہر شخص جسے اس مکان میں بھوت دیکھنے یا اس
کے قدموں کی چاپ سننے کا اتفاق ہوتا ہے وہ جین
سے مدد کی دعا مانگا کر بغیر نہیں رہتا۔

آخر کار 1848ء کے بعد سے لوگوں نے یہاں
رہائش ترک کر دی اور بیسویں صدی کی ابتداء میں یہ
محل مستقل طور پر بے آباد ہو کر گھنڈر بن گیا۔ البتہ
جنگ عظیم کے دور میں اسے فوجیوں نے کچھ عرصہ
اپنی رہائش کے لیے استعمال کیا۔ 1969ء میں ایلن
بینک کا یہ محل اور اس سے متصل مکانات کو مسمار
کر دیا گیا۔

آج ایلن بینک کا یہ محل اپنی جگہ موجود نہیں ہے
لیکن پیرلین جین کی داستان آج بھی لوگوں کے
ذہنوں سے محو نہیں ہوئی۔



رومانا کا محنت

اسکاٹ لینڈ کے مؤرخ چارلس کرک پیٹرک
شارپ بتاتے ہیں کہ ان کی دایہ جینی Jenny
Blackadder ایک زمانے میں اسٹوارٹ خاندان
کے گھر ملازمہ رہ چکی تھیں۔ چارلس کرک نے یہ
داستان ان خاتون کی زبانی ہی سنی۔ وہ کئی بار ایلن
بینک محل میں قدموں کی آہنوں اور آوازوں کو سن
چکی تھیں۔ ایک روز ان خاتون کا منگیترا تھا مس
Thomas چوری چھپے چاندنی رات میں ان سے ملنے
ایلن بینک محل کے باغیچے میں پہنچا تو اسے باغیچے میں
سفید لباس میں ایک عورت چلتے نظر آئی جس کا چہرہ
چھپا ہوا تھا، تھا مس اسے جینی بھگ لڑا، لیکن جیسے
ہی وہ اس کے قریب پہنچا وہ عورت اچانک نکتب ہو گئی
اور کچھ دور باغیچے کے دوسرے کونے پر نمودار ہوئی،
تھا مس یہ دیکھ کر گھبرا کر وہاں سے فرار ہو گیا۔

ایلن بینک کی ایک اور ملازمہ بیٹی نوری Betty
Norrie بیان ہے کہ اس نے اور اس کی ساتھی
ملازموں نے اکثر ایلن بینک میں لہراتے سفید لباس
میں کسی عورت کو چلتے پھرتے دیکھا، جو اچانک نظر
آتا اور غائب ہو جاتا، شروع میں وہ اس سے خوفزدہ
تھیں مگر پھر عادت پڑ گئی، تاہم اس نے کسی ملازمہ کو
کبھی کوئی نقصان نہیں پہنچایا۔

کلاؤ کر سنن اپنی کتاب Ghost Trails میں
تحریر کرتی ہیں کہ پیرس کے جس ہوٹل میں
اسٹوارٹ اور جین مقیم تھے، اس ہوٹل کی مالکہ
Matron بتاتی ہے کہ جین کی موت کے بعد تقریباً
چار مہینے تک اس کمرے میں جو بھی رہائش کے لیے



ثواب یا گناہ

ہے۔ وہ اپنی جگہ سے وہی اور لو کے کوہری طرح پیٹا۔
وہ اپنے گیسے ہاتھوں کے ساتھ اور صابن آلود چھڑی کے
ساتھ بچے کے سر اور کھوپڑی پر اتنی بے دردی سے مار
رہی تھی کہ آہ میں مدخلت کر کے بچہ جانے کر جاتا تو اس
معصوم بچے کی کھوپڑی پھوڑا لیتی۔

حبیب سلطان کئی سالوں سے ہمارے گھر میں
کچے سے دھوئی تھی۔ اس کا ایک بھلا انتہائی دلچسپ تھا۔
بہت شرارتی اور شوخ، سہراپ نام تھا۔ سوری کے نام
سے پکارتے تھے۔ کبھی اسے پسند کرتے تھے اور ہر جگہ
اس سے دل لگی اور شوخی مذاق کرتے۔ موسم خزاں کے

سوری بے چارہ اُنٹے

ترجمہ: ڈاکٹر غلام مصطفیٰ بغلانی

وہ ہماری ایام میں ایک دن جبکہ

ہوئے رنگ، بھدی، میڑھی

وضع قطع کے ساتھ خون آلود

اس کی سورج کی طرف

منہ کر کے ساری کی جھاک

سے بھرے ہوئے تھال کے ساتھ بچوں کے بل پیٹے کر

پسینے میں شرابور پترے دھونے میں مصروف تھی،

آنسو ناک کی غارتگری کے ساتھ مل کر اس کے منہ کے

سوری جی کے ایک مر میں اور کمزور بچے کو کہیں سے پکڑ

گوشے سے بہہ کر زمین پر گرتے جاتے تھے۔ بے چارے

لایا تھا اور اپنی ماں سے ڈراما ادھر دو تین گز کے فاصلے پر

حبیب سلطان خود بھی پریشان ہوئی تھی، بکھرے ہوئے

جیسا کہ بچوں کی عادت ہوتی ہے، کھیلنے میں مشغول تھا۔

ہاتھوں اور پچھے ہوئے دوپٹے کے ساتھ اپنے بیٹے کے پاؤں

وہ اس طرح مستعین جانور کو ستارہ ہاتھ کہ اس کی میاؤں

میں بیٹھی ہوئی تھی۔ روتے روتے اس کی گھٹکی بندھ گئی

میاؤں کی آواز بلند ہو گئی تھی۔

تھی۔ خدا اور اس کی مخلوق سے سوال کر رہی تھی کہ

اس کی ماں نے گائیاں دینا اور لعن طعن کرنا شروع

اس سے کیا قسمی سرزد ہوئی ہے...؟ کہ ایسے حالات

مردیا۔ جب اس نے دیکھا کہ سوری کوئی توجہ نہیں کر رہا

میں مبتلا ہے جہاں نہ کسی کو خدا کا خوف ہے اور نہ ہی

یہاں تک کہ اس کی باتوں کا جواب دینے میں بھی گستاخ

نقصان دہ

میرا دل ان کی حالت دیکھ کر ہلچل گیا، میں نے کہا،

میاؤں کی آواز بلند ہو گئی تھی۔

اس کی ماں نے گائیاں دینا اور لعن طعن کرنا شروع

مردیا۔ جب اس نے دیکھا کہ سوری کوئی توجہ نہیں کر رہا

یہاں تک کہ اس کی باتوں کا جواب دینے میں بھی گستاخ

حبیبہ سلطان اس بچے کو اسکول میں داخل کیوں نہیں کروا دیتی، شاید یہ انسان بن جائے۔

اس نے کہا ”میرے پاس تو روٹی تک نہیں کہ میں پیٹ پال سکوں، میں کہاں سے پیسے لاؤں کہ اس حرامی کو اسکول میں داخل کراؤں۔ آپ ہی بتائیے کہ کیا میں اس بڑھاپے میں اب چوری چکاری کروں۔“

میں نے کہا ”میں کوشش کروں گا کہ اسے مفت داخلہ مل جائے اور تجھ پر اخراجات کا بوجھ نہ ہو۔“

جونہی سوری مدرسہ میں داخلہ ہوا۔ اس کی حالت ہی یکسر بدل گئی، گویا اس نے آفت سے نجات پائی ہے۔ سبق پڑھنے میں مستعد، وقت کا پابند، ہوشمند اور باادب، کبھی کبھار وہ اپنی ماں کے ساتھ ہمارے گھر آتا تھا اور اپنے اسکول کے نمبر مجھے دکھاتا تھا۔ میری بھی خواہش تھی کہ اس کی وضع قطع اور منہ نہ تو میں نے سب کو یہ کہہ رکھا تھا کہ جب کبھی اس کی ماں کپڑے دھونے کے لیے ہمارے گھر آئے تو اسے اجرت کے بارہ دو تین تومان اس کے بیٹے کی تعلیمی اخراجات کے ”ڈاکٹر“ کے طور پر دیے جائیں۔

اب سہرا اب آئیس سالہ نوجوان تھا، اس نے میٹرک تک تعلیم مکمل کرنی تھی اور دارالخلافہ کے دوسرے کئی نوجوانوں کی طرح سرکاری محکموں میں سے ایک میں کام کرنے لگا، تھوڑی سی تنخواہ جو کہ اس کی ضروریات کے کچھ حصے کو پورا کرتی ہر مہینہ کے شروع میں وصول کرتا۔ اس کی ماں بیمار سے اس کے لیے جینا دو بھر ہے۔ وہ تو کپڑے دھونے کے قابل نہیں رہی۔ اب اس کا واسطہ زیادہ تر ڈاکٹر، دواخانہ اور علاج سے رہتا ہے۔ سہرا اب کی تنخواہ کسی طرح سے بھی اس قسم کے اخراجات کو پورا نہیں کر سکتی تھی۔

سہرا اب کی خواہش ہمیشہ یہی رہی کہ جیسے بھی بن پڑے وہ میڈیکل کالج میں داخل ہو، لیکن جہاں بھی وہ کوشش کرتا اسے ناکامی کا سامنا کرنا ہوتا، میری کوششیں اور چارہ سازیاں بھی بے نتیجہ رہیں اور یہ خواہش اس لڑکے کے دل میں ہی رہی۔ وہ انتہائی حسرت سے آہیں بھرتا اس کی آنکھیں ڈبڈبائیں وہ ہفتے میں ایک دو مرتبہ اس کالج کے سامنے پہنچ جاتا اور ان طالب علموں کو دیکھتا جو کہ ضخیم کتابوں کو بغل میں دبائے کالج سے باہر نکلتے تھے۔

کافی عرصہ گزر گیا۔ مجھے اس کے اور اس کی ماں کے بارے میں کوئی اطلاع نہ ملی تھی کہ اچانک یہ خبر پہنچی کہ سہرا اب نے ایک آدمی کو مار ڈالا ہے اور اب وہ جیل میں ہے۔ میں بہت زیادہ حیران ہوا۔ میں اس تحقیق میں لگ گیا کہ دیکھوں اصل معاملہ کیا ہے۔ میں سیدھا ان کے گھر گیا۔ گھر کا دروازہ کھلا ہوا تھا اور اس کی ماں نیم وا آنکھوں کے ساتھ جوڑ اور بچو نمہ لگے بوسیدہ بستر پر پڑی تھی۔ جب اس کی نظر مجھ پر پڑی اس نے چچاں مارنا شروع کیں اور بلند آواز سے رونے لگی۔

معلوم ہوا کہ اسے بھی صحیح خبر معلوم نہیں تھی، اس نے اس پڑوس سے سنا کہ اس کا بیٹا رات کے وقت حاجی فتح اللہ جو کہ ان کے پڑوس میں مقیم تھا اور شہر کے نامور امیروں میں ایک تھا اس کے گھر میں کود پڑا۔ حاجی فتح اللہ کو چھری سے قتل کر دیا اور بھاگتے وقت پکڑا گیا، اب وہ قید خانہ میں پڑا ہے۔

میں نے سوچا کہ اس معاملہ کی پوری چھان بین کی جائے اور دیکھا جائے کہ یہ معاملہ شروع کہاں سے ہوتا ہے....؟

پولیس میں میرے بہت سے دوست اور شناسا



1997ء

سید محمد علی

سید محمد علی جمانزادہ اصفہانی، 11 جنوری 1892ء کو اصفہان پیدا ہوئے۔ پھر آپ کا گھرانہ تہران منتقل ہو گیا۔ آپ نے تہران اور بیروت میں تعلیم حاصل کرنے کے بعد پھر فرانس میں قانون کی ڈگری بھی حاصل کی۔ جمانزادہ کے مقالات فارسی اور جرمنی زبان میں بے شمار ہیں۔ آپ روزنامہ



”کافوہ“ کے مدیر بھی رہے۔ بعد میں برلن کے ایرانی سفارتخانے میں ملازم ہو گئے۔ پھر سوئٹزرلینڈ چلے گئے اور انجمن بین المللی کے دفتر میں جو جینیوا ہے اس میں تقریباً 27 سال کام کیا۔ ان کی شہرت کا آغاز اس زمانہ میں ہوا جب 1921ء میں انہوں نے اپنے افسانوں کا پہلا مجموعہ ”بچے بود و بچے نبود“ شائع کیا۔ جوچہ افسانوں پر مشتمل تھا، اس کے بعد آپ کے مزید افسانوی مجموعے شائع ہوئے۔ آپ نے تاریخ و ادب اور سیاسی اور سماجی کتب بھی تحریر کیں۔ سید محمد علی جمال زادہ فارسی افسانہ نویسی میں ایک ممتاز مقام کے مالک ہیں۔



کہنہ و نو



انہوں نے ہی سب سے پہلے فن افسانہ نویسی کو ایران میں شروع کیا۔ محمد علی جمال زادہ نے افسانوں میں قصوں اور لوک کہانیوں کے انداز کو چھوڑ کر حقیقت نگاری کا نیا انداز اختیار کیا ہے۔ فارسی زبان پر انہیں پوری دسترس حاصل تھی۔ اپنے افسانوں میں انہوں نے نہ صرف عام اور روزمرہ کی زبان اور محاورے استعمال کیے گئے بلکہ سیاسی اور سماجی موضوعات کے ساتھ طنزیہ پیرایہ بھی استعمال کیا گیا۔ جمال زادہ کی کہانیوں میں پلاٹ کو مرکزیت حاصل رہتی ہے اور وہ اپنی کہانیوں کا اختتام موباساں اور دو ہستی کی طرح ڈرامائی اور پوٹاکے والے انداز میں کرتے ہیں۔ لیکن انھوں نے زبان کا جو انداز اختیار کیا اس نے فارسی میں افسانے کے لیے جس زبان کی بنیاد رکھی وہ اب تک برقرار ہے۔ محمد علی جمال زادہ 8 نومبر 1997ء کو جینیوا سوئٹزرلینڈ میں انتقال کر گئے۔

زیر نظر کہانی سید محمد علی جمال زادہ کی 1959ء کے افسانوی مجموعے ”کہنہ و نو“ (یعنی پرانی اور نئی) میں شامل آٹھ افسانوں میں سے ایک افسانہ ”ثواب یا منہا“ کا ترجمہ ہے۔

تھے۔ میں نے سہراب سے ملاقات کرنے کی اجازت حاصل کر لی۔ مجھے دیکھ کر وہ بہت خوش ہوا لیکن میرے سامنے وہ شرم کے مارے آنکھیں جھکائے کھڑا تھا اس کے ہونٹ پر کچھ طاری تھی ایسا معلوم ہوتا تھا کہ وہ میرے سوالات کا منتظر ہے۔ میں نے کہا ”سہراب! میں کیا کچھ سن رہا ہوں،

لوگ جو باتیں کرتے ہیں۔ ان میں کوئی حقیقت بھی ہے۔۔۔؟“

کہنے لگا ”جو کچھ لوگ کہتے ہیں درست ہے۔“

میں نے کہا ”کہتے ہیں کہ چھت کے راستے تو حاجی فتح اللہ کے گھر آیا ہے اور اسے تو نے قتل کر ڈالا ہے۔“

وہ بولا ”حمیک ہے۔“

میں نے کہا ”تو اس لیے وہاں گیا تھا۔۔۔؟“

وہ کہنے لگا ”چوری کے لیے۔“

میں نے کہا ”تو چور تو نہ تھا۔“

کہنے لگا ”کوئی بھی پوچھنے پر نہیں ہوتا۔“

میں نے کہا ”تو پڑھا لکھا، کتاب پڑھے والا اور علم دوست تھا، تجھے چوری اور قتل سے کیا واسطہ ہوگا۔۔۔؟“

بولا ”میں مرلیش ماں کے پہلو میں پڑا رہا اور بے بسی سے اس کی آہ زاری سنتا رہا میں نے کہا کہ اس سے بڑھ کر اور کیا بد بگھٹی ہوگی میں نے فیصلہ کیا کہ جس طرح بھی بن پڑے میں اپنے آپ کو اس خلافت اور افلاس و ناداری سے نجات دلاؤں۔“

میں نے کہا ”تو نے بھی عجیب رد فرما دیا خونخیزی تو چاہتا تھا کہ خلافت سے جات پائے، لیکن تو سندھ پانی کے نالے میں گر پڑا، تو پھر میں قاتل ہوا تیری ماں بھی اس غم میں حُل مر رہ گئی۔“

وہ کہنے لگا ”میں پیدا انٹی طور پر بد قسمت ہوں، خدا کسی کو مفلس اور محتاج نہ کرتے۔“

میں نے کہا ”مجھے بتاؤ کہ مجھے بھی معلوم ہو کہ اصل معاملہ کیا ہے۔۔۔؟“

وہ کہنے لگا ”اس حاجی فتح اللہ کو تم بھیجتے ہو، وہ اپنے آدمی تھا اور مرلیش بھی۔ لیکن اس کے وجود سے کس کو

بھی فیض نہیں تھا، چونکہ ہمارے پڑوس میں ہی رہتا تھا اور اس کے ملازموں اور خادموں سے ہم واقف تھے اور اس کی زندگی کے اطوار سے آشنا تھے، سب اس حقیقت کو جانتے تھے کہ اس کی دولت اس کی اپنی ذات پر بھی حرام تھی اور دنیا سے فقط روپے کا مطالبہ کرتا تھا۔ اگر اس کی آنکھوں کے سامنے کوئی بھوک سے تڑپ کر مر بھی جائے تب بھی وہ ایک پھوٹی کوڑی اس ذات پر خرچ نہ کرتا اور یہاں تک کہ اس کی بیوی اور بچے بھی خدا سے اس کی موت کے لیے دعائیں مانگتے تھے۔

میں نے کہا ”کیا تو نے سنا نہیں کہ دیوانگی بھی ایک فن ہے اور انوکھی بھی ایک قسم کی دیوانگی ہی ہے۔ لوگوں کے مسائل کا جواب دینے میں ہے۔ اس کا اپنا مال تھا اور وہ خرچ نہیں کرنا چاہتا تھا، میرے اور تیرے ساتھ آ اس کا کوئی واسطہ نہیں تھا۔

وہ کہنے لگا ”تم خوش حالی کی بنا پر اللہ باتیں کرتے ہو اگر تم میری جگہ ہوتے تو تم میرے قاتل بنو گے، اس طرح باتیں نہ کرتے۔“

میں بولا ”میرے پیارے! اگر یہ ملے پائے کہ ہر شخص رنج و اندھ کھتا ہے اور اس کی آرزو میں کبھی بھی پوری نہیں ہوتی، تو وہ پھر می اٹھالے، آدھی رات کے وقت جاگے اور اپنے بھسکے کلاہیت چاک کر دے اور پھر معر کیا ہے۔۔۔؟ یہی نہ کہ وہ نہیں چاہتا کہ اسپتال کو ہمارے جیسے نادار اور مفلس لوگوں کو دے دے۔

وہ بولا ”میں نے مدت ہوئی دنیا کا ماتم کیا تھا، قتل یا لادہ ختم ہو چکا تھا، شیطانی خیالات پیدا ہو رہے تھے، ہوش مجھے اس وقت آیا جبکہ پانی سر سے نزل چکا تھا۔

میں نے کہا ”میرے لیے پوری وضاحت کرو۔۔۔؟“

اس نے کہا ”ایک عرصہ ہوا تھا کہ جس وقت بھی میری نظر اس شخص پر پڑتی تھی۔ آسمان میرے سر پر ٹوٹ پڑتا۔ میں اسے دیکھنا گوارا نہ کرتا تھا، میرا دل چاہتا تھا کہ اسے پھڑوں اور کہوں یہ غریب لوگوں کے پیسے جو کہ ہزاروں داؤ اور فریب سے تو نے ہضم کیے ہیں اب ان کو لوگوں میں تقسیم کر۔“

میں نے کہا ”سہرا اب پیارے! اس کو حسد، کینوسی، لالچی، جھگ نظر کی کہتے ہیں یہی امیر آدمی ہیں جو کہ ان لوگوں کو جو مفلس ہیں، کھانا دیتے ہیں۔ حقیقی منصف تو خدا ہے۔ کوئی بھی دوسروں کی نیکی اور بدی کا تبادلہ نہیں ہے۔“

کہنے لگا ”ہم ایسی ہی باتوں سے اپنے دل خوش کرتے ہیں۔ لیکن جب میں نے ارادہ کیا کہ جیسے بھی ہو اس شخص کے گھر پہنچوں اور تھوڑی سی لوٹ کھسوٹ کر دوں اس سے اس امیر کو تو ہرگز کوئی فرق نہیں پڑے گا۔“ لیکن میں اپنا کام چلا دوں گا اس قسم کا تصور (قتل کرنے کا) کبھی میرے ذہن میں نہیں آیا تھا۔

میں نے کہا ”تو گھر کے راستے کو کس طرح جانتا تھا۔“

وہ کہنے لگا ”سیکڑوں ہاتھ اور کمرے کی چھت پر سے میں نے اسے آتے جاتے دیکھا تھا اور اس محلے میں کبھی جانتے تھے کہ حاجی اپنی نقدی، خدایات اور کاغذات کو کس کمرے اور الماری میں رکھتا ہے۔“

میں نے کہا ”یہ سب کچھ اپنی جگہ پر ہے تو اس مال کا دشمن تھا، تو نے خود اسے ہی کیوں مار ڈالا!“

اس نے کہا ”یہ سب میری گردش تقدیر کی وجہ سے ہوا۔ میں ہزاروں قسم کے ڈر، خوف، کپکپی، احتیاط

اور تشویش و اضطراب کے ساتھ رات کی تاریکی میں اس کمرے میں داخل ہوا۔ میری نظر الماری پر پڑی میں اپنے ان اوزاروں کو جو کہ میں نے الماری کھولنے کے لیے بنائے تھے، اپنی جیب سے نکالنے ہی والا تھا کہ دفعتاً میں نے حاجی کو دیکھا وہ ایک ہاتھ میں چھوٹا سا بکلی کا لیمپ اور دوسرے ہاتھ میں ایک پستول لیے شب خوابی کا لباس پہنے یک لخت میرے سامنے نمودار ہوا۔ اس کی آنکھوں سے آگ برس رہی تھی موت و میں نے اپنی آنکھوں سے دیکھا۔ تھوڑی سی حرکت کے بعد گولی میری کھوپڑی میں بیوست ہو سٹی تھی۔ الماری کھولنے کا وہ ہتھیار جو تیرے پیچ کی طرح تھا ایک سی وار میں اس کے پیٹ میں گھونپ دیا اور جو ٹہنی اس نے چھانماری اور وہ زمین پر گر پڑا، میں نے گھر کی بے نیچے چھلانگ لگا دی۔ جس وقت میں بوش میں آیا تو میری بوچکا تھا اور چند لوگوں نے مجھے خیر رکھا تھا وہ لوگ پولیس، سپاہی اور تھانہ کے بارے میں باتیں کر رہے ہیں اور مہارت کے اندرونی حصے سے عورتوں کی آواز زاری اور نالہ و پکار کی آوازیں بلند ہیں۔ میں سمجھ گیا کہ حاجی مارا گیا ہے۔

سہرا اب کی گفتگو یہاں تک پہنچی تھی کہ اس کی گھٹکی بند گئی اس طرح ہے کہ اس کا سانس رکنے لگا اور اس کا منہ کھلا رہ گیا۔ اس نے اپنی پیشانی اس طرح زمین پر رکھ دی گویا کہ وہ سجدہ ریز ہے۔ اس وقت شدید قسم کی اینٹھن اس کے سر سے لے کر پاؤں تک غالب تھی۔

اس وقت اس قسم کے آدمی کی دلجوئی بے فائدہ تھی اور چونکہ ملاقات کا وقت بھی ختم ہو چکا تھا۔ میں انتہائی پریشان دلی کے ساتھ قید خانے سے باہر چلا آ گیا۔ حاجی فتح اللہ کی فاتحہ و درود (قتل خوانی) کی محفل میں جو کہ انتہائی تزک و احتشام سے منائی جا رہی تھی۔

میراجی چاہتا تھا کہ میں بھی شامل ہو جاؤں لیکن میرے پاؤں آگے نہ بڑھے۔ میں ڈرتا تھا کہ کئی لوگ مجھے سہراب کا طر فدار سمجھتے ہیں۔ اس لیے شرکت کرنا بہتر نہ ہو گا۔

دو تین مرتبہ میں حبیبہ سلطان کے گھر میں اتفاقیہ طور پر گیا۔ ایسا معلوم ہوتا تھا گویا حیرت و سر ہنگمی اور حواس باختگی کا عالم اس پر طاری تھا، وہ اپنے بیٹے کے بارے میں اتنی باتیں نہیں کرتی تھی اور نسبتاً کم آہ و زاری کرتی تھی اور زیادہ تر اپنے ساتھ باتیں کرتی تھی، یوں معلوم ہوتا تھا کہ وہ مدہوشی کے عالم میں بڑ بڑا رہی ہے۔ وہ بدحواسی کی باتیں زیادہ تر رنجی جوانی کے زمانے کے بارے میں اور اپنے شوہر اور اپنی ماں کے متعلق کرتی تھی۔ اس کے ہمسایوں میں سے ایک بے نوا عورت کو اس کی دیکھ بھال کے لیے مقرر کر دیا، اور میں نے خود سہراب کی نجات کے لیے کوششیں شروع کر دیں۔ مجھے شدید احساس یہ تھا کہ میری ساری کوششیں اکالتہ جاہلیں گی، تاہم میں اپنے آپ کو نہ روک سکا۔

عدالت کے وہ میں بہت سے وعدے و وعید دیتے اور کہتے تھے اپنی ورافعت میں یہ قتل و قحط پزید ہوا ہے اور اس وجہ سے سزائیں کمی ہو جائے گی، میں اسی طرح اپنے دل کو بہلاتا رہا اور پھر میں نے اجازت حاصل کی، تھوڑا سا کھانا اور تین سگریٹ کی ڈبیالے کر میں سہراب کو ملنے گیا۔ افسوس، میں نے اسے کس حالت میں دیکھا، سہراب کی ساری دلکشی اور خوبصورتی رخصت ہو چکی تھی، سہل کے مریض کی طرح جس کا ایک پاؤں قبر میں ہوتا ہے، اس کی زندگی آخری سانسوں پر معلوم ہوتی تھی، اس نے مجھے دیکھا تو رونے لگا۔ یوں لگتا تھا کہ چند

دن بیت گئے ہیں۔ اس نے بالوں میں کنگھی نہ کی تھی، بال بکھرے ہوئے تھے، دفعتاً اس کا چہرہ ٹیز ہاسا ہو گیا تھا۔

میں نے سگریٹ جلا کر اس کے ہاتھ میں دیا۔ وہ بڑے زور زور سے مسلسل کش لینے لگا اور آدھے منٹ میں ہی وہ ختم ہو گیا، اور اچانک وہ اپنی آنکھوں کو میری آنکھوں میں ڈال کر کہنے لگا "کاش تم میری مدد کرتے کہ میں اپنے آپ کو ختم کر سکتا۔"

میں نے کہا "یہ کیسی باتیں کرتے ہو....؟ عدالت کے لائق وکیل احمیدان دلاتے ہیں کہ تم نجات ضرور پاؤ گے۔"

اس نے کہا "خدا نہ کرے میں نجات پاؤں۔ میری زیادہ خواہش یہ ہے کہ مجھے پھانسی دینے کا فیصلہ کیا جائے اور میری جان خلاص ہو جائے اور اس عذاب سے جو کہ ہر گھڑی موت کو میرے تصور میں مجھاتا ہے، ہٹائی پاؤں۔"

میں نے کہا "پیارے سہراب میں تیرے مدعا و نہیں سمجھ سکا تو کون سے عذاب کے بارے میں کہنا چاہتا ہے۔"

وہ کہنے لگا "میرے بھائی! میں نے ایک انسان کو قتل کیا ہے۔ ایک بے گناہ انسان کو قتل کیا ہے۔ جتنا بھی برا تھا، پھر بھی مارے جانے کا مستحق نہ تھا، میں قاتل ہوں۔ میں انسان کو مارنے والا ہوں۔ حیف صد حیف...."

میں نے کہا "سہراب یہ محض اتفاق ہے۔ تو نے مارا نہیں تھا، یہ آدمی جس کی موت کو کیا جن اور کیا انسان خدا سے مانگتے تھے، خود ہی مر گیا، نہ جانے وہ کن کن مصیبتوں اور بیماریوں میں گرفتار ہوتا، یہ کہاں لکھا ہوا

کپڑے پہنے ہوئے اور بالوں میں کنگھی کیے ہوئے، اپنے بستر پر بیٹھا ہوا انتہائی سکون اور خندہ پیشانی کے ساتھ سگریٹ پینے میں مشغول ہے۔

میں نے سوچا کہ شاید اس لیے کہ اس کے اضطراب میں کمی ہو جائے گی کسی نے اسے دھوکا دیا ہے اور کہا ہے ”تو بڑی ہو گیا ہے۔ لیکن میں جلد ہی سمجھ گیا کہ معاملہ کچھ اور ہے اور اس تبدیلی کی وجہ کچھ اور ہے۔“

میں نے کہا ماشاء اللہ! آج تیری حالت اچھی ہے اور تیرے حواس بھی ٹھیک ہیں۔ اگر خدا نے چاہا تو آج کل میں تیری رہائی کی خوشخبری پہنچے گی۔

وہ کہنے لگا میں چاہے جس قدر بھی احق کیوں نہ ہوں۔ میں ان باتوں سے بے دخل کو خوش نہیں کروں گا۔ میرا دل بیزار ہو گیا ہے اور میں تھک چکا ہوں۔ اب میں آرام کا طلبگار ہوں۔

میں نے کہا ”میری سمجھ میں تو کچھ آ نہیں رہا۔“

اس نے کہا ”پرسوں رات سارے جسم کی بدھن اور پیشانی اور دو تین راتوں کی بے خوابی کی وجہ سے میرا سر ٹھیکرا رہا تھا اور میں شدید نفاہت محسوس کرتا تھا۔ اسی بستر پر گر پڑا اور مجھے کوئی خبر نہ رہی اچانک میں نے دیکھا کہ حاجی فتح اللہ انتہائی خوش و خرم اور ہنستا ہوا میرے کمرے میں داخل ہوا اور آکر میرے پاس کھڑا ہو گیا اور شفقت اور محبت سے بھرپور آواز میں کہنے لگا۔ ”سہراب پیارے! خدا تیرے باپ کو بخشے کہ تو

نے مجھے نجات دی ہے۔ تجھے کیا معلوم کہ میں تیرا کسی قدر شکر گزار ہوں....؟ میری عمر اسی برس کی ہو چکی تھی اور میں نے آرام کا منہ بھی نہ دیکھا تھا۔ یقین کر، مجھے یہ معلوم نہیں تھا کہ آرام کسے کہتے ہیں....؟ اور زندگی میں کیا لطف ہے....؟ میری

ہے کہ وہ معدے کے زخم اور سرطان کے مرض میں مبتلا نہ ہوتا، قسمت کا یہی فیصلہ تھا۔ اس قسم کی گفتگو اور بے تابیوں کا کوئی فائدہ نہیں۔“

وہ کہنے لگا ”میں خود بھی ان تمام چیزوں کو جانتا ہوں اور سینکڑوں مرتبہ اسی قید خانے کے گوشے میں اور رات کی تاریکیوں میں منطق کی دو اصطلاحوں صغریٰ اور کبریٰ کے ثبوت دلائل کو اپنے وجدان اور ضمیر کو دھوکا دینے کے لیے ترتیب دیا ہے اور سامنے لایا ہوں لیکن کوئی بھی فائدہ نہ ہوا۔ میرے جسم کا ایک ایک ذرہ مجھے کہتا ہے کہ تو نے انسان کو قتل کیا ہے۔“

میں نے کہا ”کبھی مذہب تو بے وزاری پر یقین رکھتے ہیں اور اگر تو بھی خدا کے سامنے انتہائی نیک نیتی اور باطنی پاکیزگی کے ساتھ تو بے گھر کرے تو مجھے یقین ہے کہ تیری تو بے قبول ہو جائے گی۔“

وہ کہنے لگا ”میں نہیں چاہتا کہ میری تو بے قبول ہو، میں نے گنہ کبیرہ کیا ہے اور میں ایک رسی چاہتا ہوں کہ اپنے اسی حلق میں ڈال لوں اور اپنے آپ کو نجات دلاؤں۔“

دو تین دن کے بعد خبر آئی کہ حبیبہ سلطان سوتے ہوئے ہی دوسری دنیا میں رخصت ہو گئی۔

چند دن تک میں سوچتا رہا کہ میں اس کی وفات کی خبر سہراب کو دوں یا نہ....؟ پھر میں نے ارادہ کر لیا کہ میں اس کے پاس پہنچوں اور اسے مطلع کروں۔ میں چاہتا تھا کہ پھر جب وہ میری طرف دیکھے گا، تو اس پر وہی اذیت اور روحانی کوفت کی حالت طاری ہو جائے گی لیکن جس وقت پولیس والے نے دروازہ کھولا اور میں کمرے میں داخل ہوا تو میں بہت حیران ہوا، میں نے دیکھا کہ اس کی بیعت سلجھی ہوئی ہے، صاف ستھرے

کانوں میں تک تک کرتیں مجھے یہ سمجھنے کا موقع ہی نہیں ملتا کہ میں خوش قسمت ہوں یا کہ بد قسمت، کامران ہوں یا ناکام۔

انہی دھوکا بازیوں، انتھک کوششوں اور بہت زیادہ بھاگ دوڑ کی گہما گہمی میں جو کہ زحمتوں سے بھرپور تھی اور جسے میں نے تجارت، کاروبار اور زندگی کا نام دے رکھا تھا، تیرے مشکل کشا ہاتھ سے میری زندگی ختم ہو گئی۔ تیرا خنجر میری نجات کی کشائش کا ذریعہ بنا۔ اب فی امان اللہ۔ تجھے میں خدا کے سپرد کرتا ہوں۔

اپنا خواب ماننے کے بعد سہراپ نے مجھے بتایا کہ جس وقت میں جاگا امین اکیلا تھا۔ یقین کرو کہ یہ واقعہ خواب و خیال کے علاوہ کچھ اور بھی تھا لیکن میری روح کے کان میں اور میرے حمیر کی نگاہ گہرائیوں میں بار بار یہ آواز گونجتی تھی کہ جو کچھ تو نے دیکھا اور سنا صرف حقیقت ہے۔

میں نے کہا ”سہراپ تو ایک عجیب و غریب بندہ بن گیا ہے۔ مجھے انتہا درجہ افسوس ہے کہ میں تمہیں ایک بری خبر سنانے والا ہوں۔ آج پورا ایک ہفتہ گزر گیا ہے کہ تیری ماں اللہ کو پیاری ہو گئی ہے۔

ایسا معلوم ہوا تھا کہ اس نے کوئی خوشی و مسرت کی خبر سن لی ہے۔ اس کا چہرہ مٹھماٹھا اور خرم و خوشی کی علامتیں اس کے چہرے پر ظاہر ہوئیں اور کہنے لگا ”جہانوں کے پالہدار کا شکر ادا کرتا ہوں۔ یہی ماں کا فکر مجھے افسردہ اور مغموم بنائے ہوئے تھا۔

وقت ختم ہو چکا تھا۔ میں قید خانے سے باہر چلا گیا۔ دو دن بعد یہ خبر پہنچی کہ اسے پھانسی کی سزا سنائی گئی ہے۔



ساری سوچ بچار اور میری گفتگو دولت جمع کرنے کے لیے تھی اور بس۔ میں انتہائی نحس و بخیل تھا۔ وہ رقم جسے کہ انتہائی محنت سے دمزی و دمزی اور کئی سالوں کے بعد پیسہ پیسہ اور اس کے بعد ایک ایک تومان اور پھر سو سو اور ہزار ہزار تومان کے حساب سے جمع کیا تھا۔ کیا میرا دل چاہتا کہ حکیم اور دوا کے لیے دوں۔ فشار خون (بلڈ پریشر) کی مجھے بہت زیادہ تکلیف تھی، دوسرے اعصاب بھی ناکارہ ہو گئے تھے، نفقار کا عارضہ لاحق ہو گیا تھا، میرے منہ میں پچھالے ہو گئے تھے۔ میرے دانت خراب ہو چکے تھے لیکن پھر بھی میں نے کوشش نہ کی کہ علاج کرواؤں۔ مجھے یہ بھی اچھی طرح احساس تھا کہ میرے رشتہ دار یہاں تک کہ نوکر اور نوکرانی بھی طنز اشارے کرتے تھے لیکن میں ان سے لڑ دیتا اور صرف ان کو تنخواہ دینے کے موقع میں اس کا ذکر نہ لے لیتا، میں ایک خارش زدہ کتے کی سی زندگی بسر کرتا تھا۔ مجھے اس کا احساس بھی تھا لیکن لالچ اور حرص و ہوس اجالت نہیں دیتی کہ میں اپنی زندگی کی روش اور رنج میں کوئی تبدیلی لاؤں۔

”افسوس ہے ان لوگوں پر کہ اپنے قیمتی وقت کو اس طرح سے بیکار کاموں میں ضائع کرتے ہیں۔ اپنے اور اپنے ہموطنوں کے حالات کی بہتری کے بارے میں سوچ بچار نہیں کرتے، حیوانوں کی طرح چرتے ہیں اور غراتے ہیں، اپنے اور اپنے بچوں کے مستقبل کے بارے میں کچھ نہیں سوچتے۔“

دراصل میں پیسہ جمع کرنے میں مشین بن گیا تھا حرص اور لالچ کی چابی میرے اندر بھر دی گئی تھی اور میری سوئیاں دن رات کام کرتیں اور میرے جسم کے

سونا آنگن



تھیں وہ کوئے لے کر اڑ رہے تھے، انہوں نے کئی مرتبہ ہاتھ بلا کر کوئوں کو اڑانا چاہا۔ لیکن کوئے بھی جیسے اس گھر کے بندھے اور لے سہارا مکینوں سے واقف ہو چکے تھے۔ جانناز تہہ کر کے جب انہوں نے پائند ان کھولا تو بچہ سمجھ میں نہ آیا کہ اب کیا کریں۔ اس لیے اسوں نے خواہ تو خواہ شمی کو اٹھایا۔

”نہی پینا۔ ذرا دیکھنا تو، دروازے پر ڈاکیہ ہے۔“
خطوں کا انتظار ان کی زندگی کا واحد کام تھا۔ کیا پتہ کس دن کس بیٹے دیلا آجائیں! شمی نے بیٹھے بیٹھے کہہ دیا۔ ”بیگم صاحب ڈاکیہ تو چلا گیا۔ اب وکیل صاحب کے ہاں خط دے رہا ہے۔“
”اے تو بیٹی، ذرا پوچھ تو لے کہ ہمارا تو کوئی خط نہیں ہے۔“

شمی جانتی تھی کہ خط ہوتا تو پوسٹ مین لے کر آگے کیوں چلا جاتا۔ مگر ان کا دل رکھنے کے لیے وہ ذرا دیر بھانک میں کھڑی ہو کر آگئی۔ اتنی دیر میں بہو بیگم

دعا کے بعد آنکھیں کھول کر بہو بیگم نے دیکھا کہ دن ڈھل چکا ہے۔ صاف ستھرے سسنان آنگن میں سناٹا گونج رہا تھا۔ پھولوں کی کیاریوں پر ہار جھانکی ہوئی تھی اور آنگن میں پکی جامنوں کا مینہ سا برس رہا تھا۔

اجانک انہیں بہت پرانے دن یاد آگئے۔ جب ان کے شریر بچے کچی پکی جامیں چبا ڈالتے تھے۔ پھولوں کی کیاریوں میں کوئی کلی سلامت نہ رہتی تھی اور آنگن میں ہر وقت کاغذ کی کتریں، پھلوں کے چھلکے اور کچر میں سنی گیندیں لڑھکتی پھرتی۔

پھر انہوں نے جانناز لپیٹ کر کریمین ماما سے پوچھا کہ دروازے پر کون آیا ہے! دن میں وہ بیچاسوں بار چونک کر پوچھا کرتی ہیں کہ کون ہے؟... شروع میں تو کریمین اور اس کی لڑکی شمی بہو بیگم کو پاگل سمجھتے تھے مگر اب وہ بھی عادی ہو گئے۔

آنگن میں انہوں نے بڑیاں سکھانے کو رکھی

بہو بیگم کا جی نہ چاہا کہ انکار کر دیں۔ لیکن
مجبوراً کہنا پڑا۔

انکار سنتے ہی انہوں نے دواؤں کے ڈبے تپائی پر
رکھے اور جوتے اتارے بغیر پٹنگ پر لیٹ کر
سوتانے لگے۔

”کسی سے ادھار لے کر وجو کو روپے بھیجنا ہی
پڑیں گے۔ وہ بہت ناراض ہے۔ اسی لیے تو خط نہیں
لکھتا۔“ انہوں نے کروٹ بدل کر
اداس بے بسی کہا۔

”اللہ جانے کیا ضرورت آپڑی ہوگی۔“ بہو بیگم
نے بھی آنسو پی کر دیوار پر مٹھی اس سیٹی بجانے والی
چڑیا کو دیکھا جس کی نقل واحد بچپن میں کرتا تھا۔
”اور تم نے بڑی دلہن کے لیے ہار کے آم
نہیں بھجوائے....؟“

”اں ہاں۔ آم تو بھولانے پارسل کر دیے تھے۔
مگر صادق میاں نے ٹرانسٹر کی فرمائش جو کی ہے۔
وامان دی بات ہے، کیا مال دو گے....؟“

حامد صاحب اٹھ کر بیٹھ گئے اور بڑی دیر کی سوچ
بچار کے بعد بولے۔

”اب ہم اور علاج نہیں کروائیں گے۔ تم صادق
میاں کی فرمائش پوری کر دو۔“

”میں نے رابعہ کے بچے کے لیے ننھے ننھے سے
کرتے اور نوپیاں سی ہیں۔ وہ بھی اسی کے ساتھ بھیج
دوں گی۔“ نوہیوں کے ذکر ہی سے ان کے چہرے پر
اجالا سا پھیل گیا۔ بہو بیگم تو ان عورتوں میں سے تھیں
جو شادی کے دن سے بچوں کا انتظار شروع کر دیتی
ہیں۔ انہوں نے پہلی مرتبہ اپنے دولہا کی صورت
دیکھی تو خوشی کے مارے کھل اٹھیں، ہائے بچے کہتے

کو یقین ہو گیا کہ خط آیا ہے، پندرہ بیس دن ہو گئے۔
کسی نہ کسی کا خط تو آتا ہی ہو گا۔

انہوں نے عینک لگا کر ہاتھ پھیلا یا تو شمی بڑی
ندامت سے بولی۔ ”کوئی خط نہیں آیا۔“

”اچھا۔“ انہوں نے مایوسی کے ساتھ عینک اتار
دی اور دھم سے پٹنگ پر لیٹ کر اپنے میاں کا انتظار
کرنے لگیں جو ڈاکٹر کے ہاں گئے تھے۔ جوانی میں
کبھی بچوں نے اتنی فرصت نہ دی کہ میاں کو ایک
کنورا پانی پلا سکتیں۔ مگر بڑھاپے میں وہ اب بیل بھر کو
کہیں چلے جاتے تو بہو بیگم نئی نوہی دلہنوں کی طرح
بے قرار ہو جاتی تھیں۔

لیکن آج انتظار سے پہلے ہی کھانسنے کی آواز آگئی
اور پھر حامد صاحب دواؤں اور انجکشنوں کے ڈبوں
سے لدے پھندے اندر آئے۔ وہ بچے تھے، مگر اب کمزور،
ہاتھوں میں رعشہ، ہلڈ پریش، دمہ اور
انتھان کے مریض،

دنیا کے مرد و جوانی میں رنگ رلیاں مناتے ہیں
اور بڑھاپے میں شعر و شاعری، ایکشن بازی، کلب یا
اور کوئی مشغلہ ڈھونڈتے ہیں۔ مگر حامد صاحب کی
جوانی بیوی کی فرمائشوں اور بچوں کے تقاضوں میں
گزری تھی۔ اس لیے انہیں نہ تو دوست بنانے کی
فرصت ملی نہ کسی اور ذوق کو پالنے کی۔ اب وہ مجبوراً
اپنی ساٹھ برس کی بوڑھی بیوی سے عشق کرنے لگے
تھے۔ وہ دونوں دن رات اپنے اپنے پلٹنوں پر لیٹے
ایک دوسرے کی خاطر تواضع دواؤں سے کیے جاتے
تھے اور اپنے بچوں کے تذکرے میں گم رہتے۔

آج بھی آتے ہی حامد صاحب نے پوچھا۔
”کوئی خط آیا....؟“



جیلانی بانو 1936ء - حال

اُردو ادب کی پہچان جیلانی بانو کسی تعارف کی محتاج نہیں ہیں۔ جیلانی بانو 14 جولائی 1936ء کو بدایوں (اتر پردیش) میں پیدا ہوئیں۔ ان کے والد

حیرت بدایونی کا شمار اپنے وقت کے معروف اُردو شعرا میں ہوتا ہے۔ یہی وجہ تھی کہ بچپن سے ان کا لگاؤ اُردو ادب کی جانب ہو گیا۔ ابتدائی عمر سے ہی

جیلانی بانو نے سعادت حسن منٹو، عصمت چغتائی، میر، غالب، اقبال، میکسم گورکی، جینوف، موپساں، بیدی، فیض احمد فیض، مجاز، قرۃ العین حیدر، احمد ندیم قاسمی سمیت تمام معروف ادیبوں کا مطالعہ کیا۔۔۔ ان مصنفین کی

تحلیقات کے مطالعے نے ان کی ادبی صلاحیتوں کو خوب پروان چڑھایا، انہوں نے کسی کو نقل کرنے کے بجائے اپنا الگ مقام بنایا۔ جیلانی بانو نے اپنی پہلی کہانی "ایک نظر ادھر بھی" 1952ء میں تحریر کی، جسے خوب

پذیرائی ملی۔ آپ کی شہرہ آفاق تحریر "موم کی مریم" نے انہیں شہرت کی بلندیوں پر پہنچا دیا۔ آپ کی بیس سے زائد کتب شائع ہو چکی ہیں جن میں افسانوں کے مجموعے روشنی کے میلا، مران، نغمے کا

سفر، اور ناول ایوان غزل، بارش سنگ، جگنو اور شہرے، دُور کی آوازیں وغیرہ معروف ہیں۔۔۔۔۔ آپ کے لکھے ایک افسانے "نرسیہ کی باؤری" کو 2009ء میں "ویمن ان با" کے نام سے فلم کے قالب میں ڈھالا گیا ہے۔

شادی کے بعد آپ حیدرآباد دکن مقیم ہو گئیں۔ جہاں افسانہ نگاری کے ساتھ حقوق نسواں کی تنظیم "اسمیتا" کی چیمپین بنیں بھی ہیں۔ جیلانی بانو نے اپنی کہانیوں میں معاشرے کے غریب اور پسے ہوئے طبقے کو

موضوع بنایا ہے۔ ان کی ادبی کاوشوں پر انہیں کئی اعزازات سے نوازا جن میں ہندستان کا اعلیٰ اعزاز پدم شری اور ساہتیہ اکیڈمی کا ادبی ایوارڈ بھی شامل ہے۔

خوبصورت ہوں گے! باپ کی طرح سرخ و سفید رنگ۔ یہ بڑی بڑی آنکھیں۔ ان کا ہنس چلتا تو وہ درجنوں بچے پیدا کر دیتیں۔ مگر جانے کیا خرابی ہوئی کہ وہ ساتویں بچے کے بعد ہی ٹھپ ہو گئیں۔

دن رات مرغی کی طرح سب کو پونے تلے دبائے رکھتیں۔ ان بچوں کے لیے انہیں کتنے ہی ناممکن پہاڑ ڈھانڈ پڑے۔ سب سے پہلے تو انہیں ایک بڑا سا خوبصورت گھر بنانے کا چاہو تھا۔ حامد صاحب کے

باپ دادا نے تیرے میرے کرائے کے گھروں میں زندگی گزاری تھی۔ انہوں نے تو بیٹے کو گرہ بکریٹ بنا کر ہی اپنی زندگی کا کارنامہ انجام دیا تھا۔ لیکن بہو بیٹم بچوں کو کھیرے گکڑیوں کی طرح بڑھتے دیکھتیں تو انہیں نواسوں پوتوں کو پالنے کی فکر ہونے لگی۔

بڑوں کو لڑتے دیکھنے اور دامادوں کے مزاج سہنے کے لیے ایک بڑے سے گھر کی ضرورت تھی۔ اس کی خاطر وہ میاں سے چھپا چھپا کر آنے پائیاں جوڑا کرتیں۔ چار لڑکوں کو ولایت بھیجنا اور تین پڑھے لکھے دامادوں کا مول کرنا کوئی ہنسی کھیل تو نہ تھا۔ اگر وہ

ذہنی کمشنر نہ ہوتے تب بھی کوئی نہ کوئی راجے کا بیٹا اڑنے والے گھوڑے پر بیٹھ کر ان کے لیے آتی جاتا۔ مگر ہادیہ کیمت تو صورت کی تھی نہ سیرت کی۔ دن بھر بین بھائیوں سے ٹرنا مرنے اور ان کے کھیل بگاڑنا اس کا کام تھا۔ بہو بیگم کانپ کانپ کر سوچتیں کہ جانے اس کو پرانے گھر میں چین بھی ملے گا یا انہی کے گھر سے لگی بیٹھی رہے گی۔ ویسے ایک بات تو وہ سچے کیے بیٹھی تھیں کہ نہ تو کوئی لڑکا پردیس میں نوکری کرے، اور نہ کوئی لڑکی دور بیانی جائے گی۔

بچوں کی یہ پلین رفتہ رفتہ نہایت عقلمند سرکش ہونے لگی۔ شافعہ نے باپ کو بحث میں قائل کر کے میوزک اسکول میں داخلہ لے لیا۔ ہادیہ کو تصویریں بنانے کا شوق تھا اور وہ ان کی پوائنٹ سی صورت بنائے جانے کیا چیز یا کائنات کاغذوں پر اتارا کرتی تھی۔ ماجد اور ساجد نے ابا کے لٹوائے ہوئے آم اور انار کے درخت کٹوا چھینکے اور باغ میں نہیں کالان بن گیا۔ حامد صاحب بہت برہم ہوئے۔ مگر بہو بیگم بیٹیوں کی اس خود سری پر دل ہی دل میں کھل اٹھیں ”اے کرے دو۔ یہ سارا گھر باران ہی کے لیے تو ہے۔“ انہوں نے جیسے ہی ارہو کر پٹکھا اٹھا لیا تو حامد صاحب بیچارے بھی چپ ہو گئے۔ وہ شوہروں کی اس قوم سے تھے جو بڑھاپے میں بیوی کی بازگشت بن جاتے ہیں۔ خصوصاً بچوں کے معاملات سلجھانے میں انہیں اپنی نااہلی اور بیوی کی دانشمندی کا پکا یقین ہو جاتا ہے۔

پھر سدا کے روٹی واحد کو جانے کون سی دوار اس آگئی کہ وہ بوتل کے جن کی طرح شامیں شامیں بڑھنے لگا اور ایک دن اس نے ضد شرع کی کہ وہ اسکول کی

میاں کی تھوڑی سی کمائی پر قناعت کر کے بیٹھ رہتیں تو شاید ان کے میاں بھی اپنی شعر و شاعری میں غرق رہتے لیکن بیوی کے تقاضوں سے انہوں نے ترقی کی سیڑھیاں ملے نہیں کیں بلکہ پھلانگنا پڑیں۔ وہ ذہنی کمشنر تک بن گئے۔ اس پر بھی بہو بیگم کا دمزنی دمزی پر دم نکلتا تھا۔ وہ ایک بڑی سی کوٹھی بنانے کے ارمان لیے بیٹھی تھیں۔ ہائے ایسی کوٹھی تھی کہ تو وال صاحب کی چاروں لڑکوں کے علیحدہ علیحدہ حصے، بیٹوں دامادوں کے لیے علیحدہ کمرے، نواسوں پوتوں کے لیے بڑا سا باغ اور نوکروں کے لیے کوارٹرز۔

بڑا لڑکا راشد خوبصورت اور تیز مزاج تھا۔ بہو بیگم دل ہی دل میں سوچا کرتیں کہ یہ ضرور ولایت سے میم لائے گا۔ اسی لیے انہوں نے راشد والا حصہ بالکل انگریزی وضع کا بنوایا تھا۔ مٹھلا ماجد بڑا وقت ماں کے کولھے سے لگا رہتا تھا۔ ذرا دیر کے لیے وہ کیمتیں چلی جاتی تھیں تو رو رو کر جان ہلکان کر ڈالتا۔ اسی لیے انہوں نے ماجد کے بیوی بچوں کو بھی اپنے ساتھ رکھنے کا تہیہ کر لیا تھا۔ ساجد پڑھائی کا دیوانہ تھا۔ حامد صاحب کا خیال تھا کہ وہ پروفیسر بنے گا، جب ہی تو بہو بیگم نے اس کمرے میں بہت سی الماریاں اور ایک شیف بنوائے تھے۔ البتہ واحد ہمیشہ کا روگی تھا۔ نہ پڑھنے لکھنے کا جوگی تھا نہ کھیلنے کودنے کا۔ سال کے بارہ مہینوں وہ کسی نہ کسی خوفناک بیماری میں مبتلا رہتا۔ پرنس لینا کراہے جاتا تھا، بہو بیگم سوچتیں جانے کچھ پڑھے گا بھی یا نہیں۔ وہ خود بہتری قابل تھیں۔ اسی لیے انہیں بچوں کو لاٹ صاحب بنانے کا بڑا ارمان تھا۔

لیکن لڑکیوں کے اندیشے مارے ڈالتے تھے۔ شافعہ رافعہ تو خیر صورت کی ہی ایسی تھیں کہ باپ

کر کٹ نیم کے ساتھ دبی جائے گا۔ بہو بیگم تو سنتے ہی حواس باختہ ہو گئیں۔ ”اے ہے ولی کوئی یہاں ہے۔ اللہ میاں کے بچھوڑے۔“ حامد صاحب بھی بچھپائے۔ مگر سوچا کہ ابھی سے اتنا گھبراے تو بھیج چکے انہیں یورپ۔ واحد کا گھر سے پاؤں باہر نکالنا تھا کہ سب ہی کے پر لگ گئے۔ آج کوئی کشمیر جا رہا ہے تو کل مدراس۔ شافعہ کو بھی کیرل جانا پڑا۔ بہو بیگم کے دل کو جیسے چٹکھے لگ گئے۔ پہلی بار واحد گھر سے باہر گیا تو انہوں نے دو دن تک کھانا نہ کھایا۔ دن رات روتی رہیں۔ مصلے بچھا کر یوں بیٹھ گئیں جیسے واحد دشمنوں کے نرمے میں گھر ابو۔ آٹھ دن کے بعد وہ گھر آیا تو اماں کی حالت دیکھ کر اس نے غصہ تو بہ کی کہ اب کبھی کہیں نہیں جائے گا۔ لیکن جب راشد ڈاکٹر بن گیا تو اس کے یورپ جانے کا دن آپہنچا۔ ایک ماہ دو اکٹھے تین برس۔ بہو بیگم کب تک راتوں کو جاگتیں، پھر چھ اور بھی تو ضدی کام چور شیطان تھے جو انہیں ایسا

ان کے دیور اپنے بیٹے کے لیے پاکستان لے گئے۔ وہ تو کالے کوسوں اپنی بیٹی کو کبھی نہ بیاہیں مگر آسمانی نکاح کو ان روک سکتا ہے! شافعہ چلی گئی تو بہو بیگم نے رورو کر عینک لگالی۔ ان کے ہال اچانک سفید ہونے لگے۔ تو بہ کی۔ اب دوسری لڑکیوں کو غیر مٹھے میں بھی نہ دیں گی۔ شافعہ نے پہلے تو رورو کر ہر روز اماں کو ایک خط لکھا، لیکن پہلا بچہ ہوا تو وہ اماں کو اطلاع دینا ہی بھول گئی۔ دو برس تک راشد کو بھی اماں کے پکائے ہوئے سالن اور ابا کی صورت بہت یاد آتی اور پھر ایک دن بہت اداس ہو کر اس نے وہیں گھر بسا لیا۔

اس خبر سے بہو بیگم کے دل پر پتھر دے مارا۔ اور حامد صاحب کا بلند پر ہنجر گرنے لگا۔ بچپن میں انہوں نے جانے کئی بار راشد کے گلابی گال چوم کر اعلان کیا تھا کہ میرا چاند تو ولایت کی میم لائے گا مگر جب وہ دن آیا تو بہو بیگم کو دل کا دورہ پڑ گیا۔ اپنے ہاتھوں سے راشد کے سر سہرا باندھنے اور اس کی سرسبز والوں سے جہیز پر لڑنے کا انہیں

بڑے کی دیکھا دیکھی چھوٹے بھائیوں کے لیے بھی کہیں نہ کھل جانا ضروری ہو گیا۔ مگر ہادیہ کو انہوں نے سچ کچھ پڑوس میں دیا۔ لڑکا بچپن سے دیکھا بھلا۔ پھر اتنا قابل۔ لیکن وہ سچ سے وقت بہو بیگم یوں کھجہ پھاڑ کے روئیں جیسے بی بی سات سمندر پار جا رہی ہو۔ وہ جو کہتے ہیں کہ بری بات منہ سے نکالو تو ہو کر رہتی ہے۔ سو وہی ہوا۔ ہادیہ کے دو نما کو بیٹھے کھائے جانے کیا حفظان اٹھا کہ امریکہ چلا گیا۔

وہ انہیں سمجھاتے کہ لڑکیاں شوہروں کے گھر میں اچھی لگتی ہیں اور بھی بڑے کھانے

جوان جوں کی ماں بھی تھقی احمق اور صبر دانی ہوتی ہے۔ بچوں میں جوں توں عقل آتی گئی۔ وہ ثابت کرتے گئے کہ ان کی ماں کا ہر کام حماقت کا ہوا ہے۔ خصوصاً لڑکیوں کو تو ماں کا ہر بات مضحکہ خیز لگتی تھی۔ وہ لڑکیوں کی پسند کا پتہ اپنے منہ سے ان کی پسند کا گھر میں کھانا پکاتا۔ لیکن جس دن ماجد نے ابا کو زیادہ حصہ لینے پر ٹوکا تو بہو بیگم کے دل میں چاندنی نہ دھمک اٹھی۔ اب تو ان کے بچے اتنے سیانے ہوئے تھے کہ ماں باپ کو عقل دیں۔

بہو بیگم کی کائنات گھر کے اندر تھی۔ لیکن دنیا کی لمبائی پورانی کا اندازہ انہیں اس دن ہوا جب شافعہ کو

سارا دن کھڑی رہی تھی۔ ”بہو بیگم پاندان کھول کر بیٹھتیں کہ پرانے دن سامنے بکھر جاتے۔

”اور ماجد، کیسا نڈر دیوار پر سے صحن میں کود جاتا تھا۔“ حامد صاحب بھی آنکھیں چندھیا کر ماجد کا بچپن دیکھنے لگے۔

”ماجد کی ساس کہہ رہی تھیں کی ماجد کا تیسرا لڑکا بالکل اسی کی صورت ہے۔“ بہو بیگم نے چھالیہ کانٹے میں بڑے فخر سے کہا۔

”لیکن تصویر میں دیکھو اس کی ناک بالکل ماجد کی سی نہیں ہے۔“ حامد صاحب کو فوٹو پرانی تصویریں ڈھونڈ کر دیکھنے کا چانس مل گیا۔

”مجھے تو راشد کا زمانہ شہزادہ لگے ہے۔ کیسی پیاری صورت ہے۔“ بہو بیگم بے ساختہ مسکرائے لگیں۔

”لیکن کہیں اس کا رنگ اپنی ماں کا سا نہ ہو۔“ حامد صاحب نے اندیشہ ظاہر کیا۔

”اے دادو، وہ کیوں ہونے لگا کالا....؟ میرے بچے کالے ہو ہی نہیں سکتے۔“

”خیر ہے بچے۔“ حامد صاحب نے ترس کھانے والے انداز میں بیٹی کی طرف دیکھا۔ ”جب ہمارے بچے ہی ہمارے نہ ہوتے تو ان بچوں سے کیا ناسا....؟“

اس حقیقت کو جاننے کے باوجود وہ خود بھی یہی حماقت کرتے تھے۔ ان بچوں کی یادوں اور باتوں کے سوا ان کے پاس اور کچھ نہ رہا تھا۔ کبھی کبھار جب کسی بہو کے طعنوں کے زخم سوکھ جاتے تو ان کے چہروں میں

پھر چل اٹھتی جانے کی۔ ان کا جی چاہتا اپنے پوتوں سے جا کر کھیلیں۔ انہیں شرارتیں اور گالیاں سکھائیں۔ پھر وہ کسی سے ادھار قرض کر کے چل

سارا دن کھڑی رہی تھی۔

کمانے باہر نہ جائیں تو کیا کھنٹو بنے ماں باپ کے گزروں پر پڑے رہیں۔ ان باتوں کو دس برس بیت چکے تھے۔

بہو بیگم نے چڑیاں پالی تھیں کہ موقع ملے ہی سب اڑ گئیں۔

وہ سب کبھی کبھار مہمانوں کی طرح دو چار دن کے لیے آنکلتے تھے۔ ورنہ زندگی کی تیز رفتاری میں انہیں مہلت نہ ملتی تھی کہ اپنے وطن جا کر بوڑھے ماں باپ کا دل بہلائیں۔

سب اپنی روزی کمانے اپنے اپنے مسائل میں الجھے ہوئے تھے۔

بڑے بڑے عہدوں پر کام کر رہے تھے اس لیے ان کی ذمہ داریاں بھی بڑھی ہوئی تھیں۔ کسی بہو کو تعلیم یافتہ ہو کر چاہل اور جھگڑاؤ ساس کے پاس آنا اچھا نہ لگتا تھا، کسی بیٹے کو یہ پرانی وضع کا گھر پسند نہ تھا پھر ابا کے حق کی بدبو اور کھانسی بلغم کی سزا نہ اور ماں کی تیز مزاجی سے دور بھاگتے تھے۔

اب اس بھائیں بھائیں کرتے گھر میں وہ اکیلی رہ گئیں۔ ان کا دل تو صرف اپنے میاں کی تنہائی پر کڑھتا تھا جو تنہائی سے ٹھہرا کے بچھے جا رہے تھے۔ کوئی اتنا

بھی تو نہ تھا کہ گھر میں دیکھ کر ان کا ٹھہر پھر لے سکے۔ آئے گئے کی خوشامد کرنا پڑتی۔ کبھی کبھار کوئی بہو کسی بچے کی سالگرہ کا فوٹو بھیجتی کہ دادا دادی تحفہ

بھیجیں گے۔ بس پھر دونوں بڑھیا بڑھوں کو ہفتوں کا شغل مل جاتا۔ ہر آنے والے کو وہ فوٹو دکھاتے۔ پیار کرتے کرتے بہو بیگم تصویر کو بیک سے رنگ ڈالتی تھیں۔

”راشد کتنا شریر تھا۔ ایک بار یہی ضد تھی کہ میں ہر وقت کھڑی رہوں۔ جہاں میں بیٹھی اور وہ رویا

کھڑے ہوتے۔ لیکن وہاں ان کے ناک تھوک اور

پریزی غذاؤں سے عاجز آکر بہو انہیں دوسرے تیسرے دن ٹرین میں سوار کروا دیتی تھی۔

وہ دونوں اپنے اپنے پلنگ پر لیٹے اونگھ رہے تھے۔ اندھیرا بڑھتا جا رہا تھا۔ مگر کون اٹھ کر روشنی کرتا۔ باہر سڑک پر شام کا سلگتا منہ چڑھ رہا تھا اور اماں نے ہنڈیا جلا ڈالی تھی۔ گو بھی چلنے کی تیز پو پھیلی ہوئی تھی۔

اتنے میں اذان کی آواز آئی اور وہ دونوں کلمہ پڑھتے ہوئے اٹھ بیٹھے۔

بہو بیگم نماز کی چوکی پر بیٹھی وضو کر رہی تھیں کہ ان کی بھتیجی رضیہ آگئی۔ اب ان کا زیادہ وقت ان بھانجیوں بھتیجیوں کے مسائل سلجھانے میں گزرتا تھا۔

مگر آج رضیہ آئی تو ہمیشہ کی طرح قہقہے لگانے کے بجائے آنسوؤں میں ڈوبی ہوئی تھی آتے ہی ان سے لپٹ کر رونا شروع کر دیا۔ معلوم ہوا کہ رضیہ کے میاں نے دوسرا نکاح کر لیا ہے کیونکہ رضیہ کے بچے

پائیں تھے۔



یہ خبر سن کر بہو بیگم نے خود بخود اطمینان کی ایک طویل سانس لی۔ جیسے ساتوں بچے بیک وقت ان کے پیٹ میں چھاؤں چھاؤں کر رہے ہوں پھر انہوں نے اپنے آنسو پونچھ کر رضیہ کو تسلی دی۔ ”اے بے گلوڑے مارے کی نیت کو کیا ہو گیا۔ مہلا تم سے زیادہ خوبصورت اور محبت کرنے والی کہاں ملے گی۔“

”مگر پھوپھو ان کا بھی کیا قصور ہے!“ رضیہ نے سسکیاں روک کر کہا۔

”میں بانجھ ہوں۔ اللہ نے میرے نصیب ہی کھوٹ کر دیے ہیں تو وہ کیوں اولاد کے لیے ترسیں۔ گھر کو آباد کرنے والا کوئی تو ہو۔ بڑھاپے میں تو انسان کو

امریکن مارکیٹ میں

اپنے کاروبار کے فروغ کیلئے

ایک بہترین ذریعہ

ہفت روزہ

نیوز پاکستان

امریکہ کا سب سے زیادہ پڑھا جانے والا اردو اخبار

Weekly

NEWS PAKISTAN

Contact:

Ph: 718-558-6080 Fax: 718-558-6079

Email: newspakistan@aol.com

248-04 Hookcreek Blvd, Rosedale, New York-11422 USA

ٹیکسی ڈرائیور



پنجابی (گور مکھی) اوبے سے انتخاب

بھی ملے ٹیکسی لے آئے۔ مکمل نے کہا، اور پھر پیچھے سے آواز لگائی۔ لیکن دیکھنا کسی سردار کی ٹیکسی نہ لانا، سردار بڑے ریش ہوتے ہیں۔“

”صاحب.... صاحب.... صاحب جی!“

یشونت نے سوٹ کیس میں دونوں کا ایک ایک سوٹ ڈال لیا۔ ”گیا پتہ ایک دن وہاں رکنا ہی پڑے۔“ ٹیکسی کا ہارن بجا۔ ڈرائیور باہر نکل کر عل میں سے پانی کی پالٹی بھر کر ریڈی ایٹر میں ڈال رہا تھا۔ یشونت نے کھڑکی میں سے دیکھا۔

رات کے بارہ بجے تھے۔ مکمل اسکوٹر کے ساتھ ایک میٹ ہو جانے کی وجہ سے ایک ہفتہ ہسپتال میں رہی تھی۔ آج ہی آئی تھی اور اسے گرم پانی کی بوتل سینکے سینکے یسٹ کی آنکھ لگ گئی تھی وہ ہڑبڑا کر اٹھا۔ ”گیا ہے راتے...؟“

”صاحب۔ ٹرنک کال لہرھیانہ سے۔“ اوبہ پاگل رہا، کسی سردار کو ہی لے آیا ہے۔“

ترجمہ: سرجیت

رہا سوٹ کیس اٹھانے کے لیے اندر آیا۔ ”تجھ سے تو کہا تھا کہ سردار کی ٹیکسی نہ لانا۔“ ”صاحب! میں نے بڑی کوشش کی۔ دو اڈوں پر گیا۔ ہندو ٹیکسی ڈرائیور کئی تھے، لیکن کوئی جانے کے لیے تیار نہ ہوا۔ ایک دو سرداروں سے بھی پوچھا۔ سب نے کورا جواب دیا۔ میں نے ستر روپے بھی دینے کے لیے کہا۔ اتنے میں یہ سردار آگیا، اور وہ

”ہیلو.... ہیلو.... کون سی...؟“ ”ایک میٹ کہاں ہو گیا سیریس تو نہیں...؟ اومائی گاؤ.... کیا مکمل بھی آئے....؟ وہ آج ہی ہسپتال سے واپس آئی ہے.... ایتنا کو ہوش تو ہے.... اومائی گاؤ!.... ہماری موٹر بھی ورکشاپ میں ہے.... ٹیکسی منگو اتاہوں۔“ ”کیوں بیش جی.... ایسڈنٹ.... ایتنا کو میں بھیج نہیں رہی تھی.... جاراے.... فوراً جا.... جیسے

چوٹ دوٹ کی کوئی بات نہیں۔ بڑی سے بڑی چوٹ بھی ڈاکٹر ٹھیک کر لیتے ہیں۔“

ان کے خوف کے برعکس، سردار نیکیسی ڈرائیور گاڑی بڑی احتیاط کے ساتھ چلا رہا تھا۔ لیکن کوئی پچیس میل طے کرنے کے بعد اس نے نیکیسی روک لی۔

”راے! تو جاگ رہا ہے نا....؟“ یثونت نے ایک دم محتاط ہو کر کہا۔ اور اپنا پستول ہاتھ میں لے لیا۔

”کیوں سردار جی۔ راک کیوں گھمے ہو....؟ گاڑی تو ٹھیک ہے نا....؟ میرے ہاتھ کانپ رہے ہیں۔ میں آپ کے لیے کوئی خطرہ مول لینا نہیں چاہتا۔ اس لیے ڈرائیور کو روک لیا تھا اب ٹھیک ہوں۔“

ڈرائیور نے کچھ دیر راک کے پھر نیکیسی چلا دی۔ گاڑی چلتی رہی۔ لیکن تیس میل اور چل کے پھر راک گئی۔ اس مرتبہ ارد گرد کوئی آبادی نہیں تھی اور اندھیرا بھی گہرا ہو گیا۔ یثونت نے پستول ہاتھ کے الگ نہیں بنایا تھا۔ اس نے راے کا کندھا تھپک کے اسے ہوشیار کر دیا۔

”آپ فکر نہ کیجیے۔“ ڈرائیور نے کہا۔ ”میری حالت کچھ ٹھیک ہو جائے تو چلتا ہوں۔ جتنی دیر نیکیسی روک کر وقت کھویا ہے۔ اس کی تلافی کر دوں گا۔ لیکن آپ کی حفاظت کی مجھے بے حد فکر ہے۔ رات اندھیری اور سڑک سسٹان ہے۔“

ڈرائیور کے الفاظ بڑے تسلی بھرے تھے، لیکن یثونت کو پوری طرح اطمینان نہیں ہو رہا تھا اس نے پستول کو مضبوطی سے تھامے رکھا۔

انہوں نے نیلی فون پر معلوم کر لیا تھا کہ ایکسیڈنٹ چند ہی گڑھ کے قریب ہی ہوا تھا۔ ایسا کی

اپنی گاڑی اڈے کے میجر کو دے ہی رہا تھا کہ میں نے اس سے منت سماجت کی اور ساری بات بتائی کہ ہماری اکلوتی ایٹا کا خطرناک ایکسیڈنٹ ہو گیا ہے۔ بروقت وہاں پہنچنے سے شاید وہ بچ جائے۔ سردار سوچ میں پڑ گیا میں نے ستر روپے بتائے مگر اس نے کوئی توجہ نہ دی۔ البتہ چابی میجر سے مانگ لی اور مجھے نیکیسی میں بیٹھنے کے لیے اشارہ کیا۔ میں نے کہا۔ صاحب بہت اچھے ہیں۔ ستر سے بھی زیادہ دے دیں گے۔ اس نے

پھر کوئی توجہ نہ دی اور کوٹھی کا نمبر پوچھ کر چل دیا۔ ”اچھا! ہماری قسمت میں چکر پڑ گیا ہے۔ لیکن راے تو ہوشیار رہنا۔ اس کے ساتھ ہی بیٹھنا، سونا ہانگ نہیں۔ اس کی ہر حرکت پر نظر رکھنا۔ ان نیکیسی ڈرائیوروں کی کہانیاں تو سننا ہی ہے۔ کمل! چابی دینا۔ اپنا ریو اور بھی ساتھ لے لوں۔ کھل جی رہا تھا کہ راستہ میں نیکیسی ڈرائیور نے سامان سنبھال کے ساریوں کو نیکیسی سے نیچے اتار دیا اور چلتا بنا۔“

یثونت اور کمل نیکیسی میں پچھلی سیٹ پر بیٹھ گئے۔ راہ ڈرائیور کے برابر میں بیٹھا۔ ڈرائیور کچھ ضرورت سے زیادہ ہی خاموش تھا۔ کسی طرح کی بات چیت میں حصہ نہیں لے رہا تھا۔ گاڑی چل دی۔

یثونت اور کمل ایک دوسرے کو جانتا رکھنے کے لیے آہستہ آہستہ گفتگو کر رہے تھے۔ ”ایٹا خود بھی جانا نہیں چاہتی تھی۔ قسمت اسے گھیر کے لے گئی۔ ماما زور دے رہی تھی۔ انہوں نے ناس سے لیا۔ کیا۔ ناس ماما کے حق میں ہوا۔ ایٹا مجھے پیار کر کے چلی گئی۔ میری خوش مزاج ایٹا!“

”اتنا قلم ہمارے ساتھ نہیں ہو سکتا۔ ہماری اکلوتی ایٹا ہمارے لیے اس دنیا میں سب کچھ ہے۔

یثونت نے نیلی فون پر معلوم کر لیا تھا کہ ایکسیڈنٹ چند ہی گڑھ کے قریب ہی ہوا تھا۔ ایسا کی

یثونت نے نیلی فون پر معلوم کر لیا تھا کہ ایکسیڈنٹ چند ہی گڑھ کے قریب ہی ہوا تھا۔ ایسا کی

یثونت نے نیلی فون پر معلوم کر لیا تھا کہ ایکسیڈنٹ چند ہی گڑھ کے قریب ہی ہوا تھا۔ ایسا کی

یثونت نے نیلی فون پر معلوم کر لیا تھا کہ ایکسیڈنٹ چند ہی گڑھ کے قریب ہی ہوا تھا۔ ایسا کی

یثونت نے نیلی فون پر معلوم کر لیا تھا کہ ایکسیڈنٹ چند ہی گڑھ کے قریب ہی ہوا تھا۔ ایسا کی



گور بخش سنگھ پریت لڑی 1895ء-1977ء

پنجابی زبان کے ترقی پسند ادیب، کہانی نویس، ناول نگار، ڈرامہ نگار، مصنف اور ایڈیٹر سردار گور بخش سنگھ 26 اپریل 1895ء کو پاکستان کے شہر سیالکوٹ میں پیدا ہوئے، ان کی عمر سات برس تھی کہ ان کے والد کا انتقال ہو گیا، سیالکوٹ سے میٹرک کے بعد ایف سی کان، لاہور میں داخلہ لیا، معاشی مشکلات کی وجہ سے کانچ کے ساتھ ساتھ 15 روپے ماہوار میں ایک مختصر وقت کے لیے کھرک کی نوکری شروع کر دی، بعد میں 1913ء میں

تھامسن سول انجینئرنگ کانچ، روڑکی سے ڈپلوما حاصل کیا۔ فوج میں بھرتی ہو کر عراق اور ایران گئے، 1922ء امریکہ میں مٹی گن یونیورسٹی میں انجینئرنگ کے ڈگری لے کر واپس آئے اور ایک ریلوے انجینئر کے طور پر ملازم ہوئے۔ پیشے کے اعتبار سے ایک کامیاب انجینئر ہونے کے ساتھ ساتھ انہوں نے پنجابی ادب میں بھی طبع آزمائی کی اور اپنی الگ شناخت بنائی۔ 1933ء میں ماڈل ٹاؤن، لاہور سے پنجابی اور اردو زبان میں ایک ماہانہ میگزین ”پریت لڑی“ کی اشاعت شروع کی، جو لوگوں میں اتنا مقبول ہوا کہ آپ کا نام ہی ”گور بخش سنگھ پریت لڑی“ پڑ گیا۔

1936ء میں انہوں نے لاہور اور امرتسر کے درمیان ”پریت نگر“ یعنی محبت کرنے والوں کا شہر کے نام سے ایک شہر آباد کیا جو صرف ترقی پسند شاعروں، ادیبوں اور انسان دوست دانشوروں اور فن و تہذیب سے تعلق رکھنے والے افراد کے لیے ہی مختص تھا۔ برطانوی دور میں ”پریت نگر“ کو ترقی پسند ادیبوں اور سماجی انقلاب کے لیے جدوجہد کرنے والے کارکنوں کے مرکزی حیثیت حاصل تھی۔ فیض احمد فیض، ساحر لدھیانوی، امرتا پریتم، نور جہاں (گلوکارہ)، بلراج ساہنی (اداکار)، شو بھا سنگھ (پیشہ ور)، انجینئر ناتھ اشک، بونت کاشی، کرتار سنگھ ڈگل اور دیگر اختر جیسے ادیب اس شہر کے بانی تھے۔ گور بخش سنگھ ہر سال یہاں ادبی اجتماع منعقد کرتے جس میں ہر صغیر کے کوئے کوئے سے ادیب، شاعر اور دانشور شریک ہوتے۔ تقسیم ہند کے وقت جب یہ شہر بھی فسادات سے محفوظ نہ رہا تو گور بخش سنگھ دلبرداشتہ ہو کر دہلی چلے گئے۔ 1950ء کی دہائی میں واپس آئے اور ”پریت لڑی“ کو دوبارہ شروع کیا۔ کہانی، ناول، ڈرامے، مضامین اور بچوں کے ادب پر آپ کی پچاس کے زائد کتب شائع ہوئیں۔ میکسم گورکی کے ناول ”ماں“ کے پنجابی ترجمہ پر آپ کو سوویت فیروزیوارڈ سے نوازا گیا۔

پنجابی ادب کا یہ معروف نام 20 اگست 1978ء کو اس دنیا سے رخصت ہو گیا۔ لیکن پریت لڑی اور پریت نگر ابھی تک پرانی روایات کے امین کے طور پر قائم رہے۔

کھلی جیب کے ساتھ کوئی بس ٹکرا گئی تھی۔ ایسا جب سے باہر گر پڑی اور بس کا کوئی سخت حصہ اس کا ماتھا پھوڑ کے آگے بڑھ گیا تھا اور اسے ہسپتال پہنچا دیا گیا تھا۔

ہسپتال پہنچ کر معلوم ہوا کہ ایسا کی موت موقع واردات پر ہی ہو گئی تھی۔ اٹھارہ برس کی خوبصورت لڑکی کی لاش پر چادر پھیلی ہوئی تھی کمر اس سے لپٹ گئی۔ یسٹ اس کی طرف دیکھ نہیں رہا تھا۔ اس نے

مونہ دوسری جانب کر کے رومال آنکھوں کے سامنے رکھ دیا۔

”اپنی ایتا دیوی کے آخری درشن کر لیجیے۔“
کمل نے یثونت سے کہا۔ ”نہیں... میں ایتا کا خوبصورت اور ہنس کھ چہرہ ہی اپنی آنکھوں میں رکھنا چاہتا ہوں۔ یہ چہرہ میرے لیے نہیں۔ اس ظالم بس ڈرائیور کے لیے ہے، جس نے ہماری ایتا کو ختم کر کے پیچھے گھوم کے اس کی طرف دیکھا تک نہیں۔ یہ چہرہ میری ایتا کا نہیں۔ ہاتھ اسی کے ہیں۔ میں ان خوبصورت ہاتھوں کو چوم لیتا ہوں۔“

سردار ڈرائیور کے رونے کی آواز تو نہیں آرہی تھی۔ لیکن رومال سے اس کا جلدی جلدی آنکھیں پونچھنا بتا رہا تھا کہ اس سے اپنے آسروں کے نہیں جا رہے تھے۔

ایتا کو اسٹریچر پر ڈال دیا گیا۔ قریب ہی دوسری سڑک پر بھی تھیں۔ اسٹریچر کو ایک طرف سے ایتا کے ماما نے اٹھا اور دوسری جانب سے سردار ڈرائیور نے مردہ ایتا کو ٹیکسی کی پچھلی سیٹ پر احترام کے ساتھ لٹا دیا اگلی سیٹ پر یثونت اور کمل ڈرائیور کے ساتھ بیٹھ گئے۔ ڈرائیور کے ہاتھ کئی مرتبہ کانپے، مگر دور کا نہیں، ہاتھوں پر قابو پا کر وہ گاڑی چلا رہا۔



لدھیانہ میں ایتا کی نخیال میں صبح کو وہ ایتا کے واہ سنسکار کی تیاری ہو رہی تھی۔ سب رشتہ دار ہنس کھ ایتا کی باتیں یاد کر کے سسک رہے تھے۔ ایک طرف کھڑے ہوئے سردار ڈرائیور کے آنسو دوسروں کی طرح چھم چھم تو نہیں بہہ رہے تھے، مگر ایک ایک کر کے فک ہر ضرور رہے تھے اور وہ بار بار

رومال سے انہیں پونچھ لیتا تھا۔

سب نے اس سے کچھ کھانے کے لیے اصرار کیا۔ اس کے سامنے کھانا لا کر بھی رکھا گیا۔ اس نے کوئی چیز منہ میں نہیں ڈالی۔ چتا پر ایتا کو الٹا لٹا دیا گیا۔ رشتہ دار چتا پر لکڑیاں چن رہے تھے۔

بھاری لکڑیاں سردار ڈرائیور نے چتا پر رکھیں، اور جب آخری بار چہرہ دیکھا جا رہا تھا تو سردار ڈرائیور بھی اٹے بڑھا اور ہاتھ جوڑ کے سر جھکا کر لوٹ آیا۔

ایتا کا واہ سنسکار ہو گیا۔ یثونت اور کمل جس طرح گئے تھے۔ اسی طرح ٹیکسی میں واپس لوٹ آئے۔ لیکن اس بار یثونت نے پستول پر ہاتھ نہیں رکھا تھا، اسے سوٹ کیس میں بند کر دیا تھا اور نہ اس نے ڈرائیور کی ہر حرکت پر نظر رکھی، بلکہ وہ اور کمل ڈرائیور کی احتیاط باکمال ڈرائیونگ اس کے خاموش نازک دل کی جی ہی جی میں تعریف کر رہے تھے۔

ڈرائیور راستے میں کہیں رکا نہیں۔ کمل سارے راستے اس کی پونوی پشت کی جانب بکتی رہی۔ سوچتی رہی کہ اس سردار کی ہر ادائیگی ٹیکسی ڈرائیوروں سے کیسی مختلف اور انوکھی اور خاص طور سے سردار ڈرائیوروں کے مقابلے میں۔

کوٹھی پہنچ کر ڈرائیور نے کمل کی طرف کا دروازہ خود کھولا۔ کمل کی آنکھیں نم تھیں۔ شاید اس خیال سے کہ اب کبھی ایتا کی ہنسی کی رو کی پہلی جھنکار اس بد قسمت کو ٹھکی میں سنائی نہیں دے گی۔

یثونت نے اپنے بٹوے میں اسی روپے کے نوٹ نکال کر ڈرائیور کے ہاتھ میں تھما دیے۔ ڈرائیور نے دس دس کے پانچ نوٹ جیب میں ڈال کر باقی تین

رومانا جنت

یشونت کو واپس کر دیے۔

”نہیں سردار جی۔ یہ میں نے آپ کو انعام کے طور پر نہیں دیے یہ آپ کا حق جتا ہے۔“

”میرا حق آپ پر بالکل نہیں بنتا۔“ ذرا یور نے مسکرم سی آواز میں کہا ”آپ کے لیے جانے سے پہلے میں نے ایک دم انکار کر دیا تھا۔ صرف جب آپ کے نوکرنے بتایا کہ بروقت پہنچنے پر شاید کسی کی جان بچ جائے تو میں تیار ہو گیا۔“

”آپ اسی کی طرف سے لے لیجیے۔“ یشونت نے نوٹ ذرا یور کی جیب میں ڈال دیے، لیکن اس نے جلدی سے نکال کر واپس کر دیے۔

”وہ اگر بچ جائی تو میں اس سے لے لیتا.... آپ سے میں نہیں لوں گا، کیونکہ آپ کے لیے میں نے بڑا خشک انکار کر دیا تھا۔“

یشونت ایک کوشش اور کرنے والا ہی تھا کہ مکمل نے روک دیا۔ ”یش جی! انہیں مجبور نہ کیجیے۔ اس کا احسان ہم دونوں سے ادا نہیں کر سکتے۔ ان کا یہ

احسان، میں ان کو یقین دلاتی ہوں۔ ساری عمر اپنا کی ناقابل فراموش یا کی طرح سنبھال کر رکھوں گی۔“ اور مکمل کا گلا بھر آیا۔

ذرا یور مکمل کے چہرے کی طرف دیکھنے لگا۔ یشونت کے ساتھ اس نے ہاتھ کی تھپیں۔ لیکن اس کے چہرے کی طرف ایک بار بھی نہیں دیکھا تھا۔ مکمل

کی طرف دیکھ کر اس نے ایک کاغذ اپنی جیب سے نکال کر اس کی طرف بڑھا دیا۔ ”میں نے اپنے دل میں فیصلہ کیا تھا کہ یہ کاغذ میں آپ میں سے کسی کو

نہیں دکھاؤں گا۔ لیکن بی بی جی کے لفظوں میں ایسا کچھ ہے کہ میں اپنے فیصلے پر قائم نہیں رہ سکا۔“

مکمل نے وہ کاغذ کھول کر پڑھا۔ وہ ایک تار تھا۔ پڑھتے ہی مکمل کی آنکھیں یوں بہہ نکلیں جیسے آسمان سے کوئی بادل بیکاپک نوٹ پڑتا ہے۔ تار فارم بھیگ گیا۔ یشونت نے مکمل کے ہاتھ سے تار لے کر پڑھا ”پتا اچانک چل ہے۔ فوراً پہنچو۔“

”یہ تار ایک گھنٹہ پہلے۔ مجھے ملا اور میں گاڑی اڈے پر دے کر بارہ بجے کی ریل سے گاؤں جانا چاہتا تھا۔ مگر جب آپ کے نوکرنے بتایا کہ موقع واردات پر فوراً پہنچنے سے آپ کی بیٹی کی جان بچ سکتی ہے تو میں نے سوچا کہ پتا جی کو تو واپس نہیں لاسکتا۔ دو بھائی گھر پر ہیں ہی، مگر اس بی بی کی جان بچ جائے مگر راستے میں پتا کی یاد گاڑی کے وہیل پر میرے ہاتھ محفوظ نہیں رہنے دیتی تھی۔“

مکمل اور سسک پڑی۔ گاڑی کے کونے سے آنکھیں اور منہ پوچھ کر اس نے ہاتھ جوڑ لیے اور کہا۔ ”اچھے سردار جی....! کیا مجھے اپنے چچوں کو چھو لینے دیں گے....؟“

ذرا یور نے مکمل کے جڑے ہوئے ہاتھوں کو پکڑ کے اپنے ہاتھ پر لگا لیا اور اپنی آنکھیں پونچھتا ہوا وہ نیکی میں بیٹھ گیا۔

سڑک کی بجری پر پیہوں نے کرج کرج کی۔ مکمل کھٹکی لگائے نیکی کو دیکھتی رہی۔ نیکی پھانک سے گزری۔ مکمل کے پاؤں لڑکھڑائے۔ یشونت نے اسے سہارا دینے کے لیے بازوؤں میں لے لیا۔ ”اندر چلو مکمل، گر پڑو گی۔“

لیکن مکمل اتنی دیر تک وہیں کھڑی دیکھتی رہی جب تک نیکی اسے نظر آتی رہی۔

✽

ULTIMATE ANSWER TO YOUR MEDIA NEEDS.

سند کا کثیر الاشاعت مقبول اردو اخبار



اخبار

جرات

مسبحا

جرأت ہاؤس۔ آئی آئی چندریگر روڈ کراچی فون: 32637641-4 فیکس: 32212613
ای میل: juraat@juraat.com // URL: www.juraat.com

روزنامہ جرأت



آفرین ارجمند

کچھ نہیں بلکہ بہت سارے لوگ یہ سوچ رکھتے ہیں کہ مرد ہونا حیات اور اکرام کا سبب ہے۔ عورت کا وجود کمزوری اور شرمندگی کی علامت ہے۔

ایسا سوچنے والے صرف مرد ہی نہیں ہیں کئی عورتیں بھی اس بات پر یقین رکھتی ہیں۔ بیٹے کی ماں بن کر بعض عورتیں خود کو محفوظ اور معزز خیال کرتی ہیں، بیٹی کی ماں بن کر خود کو کمزور محسوس کرتی ہیں۔

مردانہ تسلط والے معاشرے میں کئی مصیبتوں، دکھوں اور ظلمتوں کے درمیان ابھرنے والی ایک کہانی... مرد کی انا اور عورت، عورت کی محرومیاں اور دکھ، پست سوچ کی وجہ سے پھیلنے والے اندھیرے، کمزوروں کا عزم، علم کی روشنی، روحانیت کی کرنیں، مصروفیت کے اجالے، اس کہانی کے چند اجزائے ترکیبی ہیں۔

نئی قلم کار آفرین ارجمند نے اپنے معاشرے کا مشاہدہ کرتے ہوئے نئی اہم نکات کو نوٹ کیا ہے۔ آفرین ارجمند کے قلم سے ان کے مشاہدات کس انداز سے بیان ہوئے ہیں اس کا فیصلہ قارئین خود کریں گے۔

تیریویس قسط:

”نہیں... ان... نہیں... باجی“

”میری بات سنو باجی...“

”یا اللہ!“... رات کے پہر پارس گھبرا کر اٹھ بیٹھی۔ رات کا ابھی پہلا پہر ہی گزرا تھا۔ وہ بھی ابھی عشاء کی نماز پڑھ کر لیٹی تھی کہ اس خواب کی دہشت

”اچھا اچھا۔ اب آپ پریشان نہ ہوں۔ بس میری بات غور سے سنئے۔“

”ہاں بول۔“ سکینہ توجہ سے اس کی بات سننے لگی۔

”اماں میں نے خواب دیکھا ہے۔“

”وہ تو کوا کثر دیکھتی ہے۔“ سکینہ بولی

”ہاں مگر۔۔۔“

”اللہ خیر کچھ براتو نہیں ہونے والا۔۔۔؟“ سکینہ اب پوری طرح جاگ گئی تھی۔

”اماں سن لو پہلے۔“ پارس روہانسی سی ہو گئی۔

”ہاں بول چنوا۔ میں سن رہی ہوں۔ اللہ سب خیر کرے۔“ سکینہ بھی پریشان ہونے لگی۔

”اماں کلثوم باجی کو ہماری ضرورت ہے۔“ وہ بغیر تمہید باندھے بولی۔ وہ تکلیف میں ہے۔

”اف!! یہ کلثوم۔۔۔“ سکینہ نے اپنا سر پکڑ لیا۔

”ارے تیرے دماغ پر تو کلثوم سوار ہو گئی ہے۔“

”اے بھلا مجھے خواب سنانے بیٹھی تھی اور بات اس کلثوم کی کر رہی ہے۔“

”نہیں اماں میں نے جو بھی دیکھا ہے وہ کلثوم باجی کے لئے ہی ہے۔“

”کیا دیکھا بھلا؟ کچھ بتاتو۔“

”نہیں بس! اگر ہم نے اس کا خیال نہ کیا تو وہ مر جائے گی۔“ پارس کی آنکھوں میں آنسو آ گئے۔

سکینہ اسے رو تادیکھ کر سوچ میں پڑ گئی۔ وہ سمجھتی تھی پارس ایسے ہی پریشان نہ تھی۔

ان کی باتوں کی آواز سے باہر سوئے شفیق کی بھی آنکھ بھی کھل گئی تھی۔

”کیا ہو گیا ہے کڑیو!۔۔۔ سوئی نہیں ابھی تک۔“

سے اس کی آنکھ کھل گئی۔

کمرے میں گہری خاموشی تھی۔ وہ پسینے سے بھیگی اپنی حواس بحال کرنے لگی۔

اف یہ کیا ہونے والا ہے۔۔۔ اس کے ذہن میں ایک فلم سی چلنے لگی۔ اس نے سر پکڑ لیا۔

کیا کروں۔۔۔ ابھی اماں کو اٹھاؤں۔۔۔؟ اس نے پاس لیٹی سکینہ کو دیکھا جو گہری نیند میں تھی۔

پارس کی بڑبڑاہٹ پر بھی اس کی آنکھ نہ کھلی تھی۔ نہیں صبح تک کا انتظار مجھ سے نہ ہو گا۔۔۔ وہ بے چین ہونے لگی۔

مجھے ابھی اماں کو بتانا ہے۔ یہ خواب اچھا نہیں۔ یا اللہ خیر رکھنا۔ وہ خود سے بولی اور پھر اس نے سکینہ کو بلا کر جگانا شروع کر دیا

”اماں انھیں، اماں۔۔۔“

”ہوں۔۔۔ ہاں ہاں۔۔۔“ پارس کے اس طریقے نے سکینہ پر سکینہ بولا سی گئی۔

”اللہ کیا بھونچال آگیا۔ سب ٹھیک ہے ناں“ اس نے نیند کی آدھی جاگی آدھی سوئی سی حالت میں

پارس کو دونوں کندھوں سے جکڑ لیا۔

”کیا ہوا تجھے ڈر لگ رہا ہے کیا۔“ وہ بولی

”نہیں اماں۔ میں ٹھیک ہوں۔“ اس نے سکینہ کو تسلی دی

”بس آپ انھیں اور میری بات سنیں۔“ پارس کے لہجے میں شدید بے چینی تھی

”ایک تو ایسے ہلا ہلا کر میرے اوسان خطا کئے دے رہی ہے، ٹہر جاؤ رادل سنھٹلے دے۔“ اس نے

جلدی سے خود کو سنبھالا۔ پارس بے جا بیانی سے اس کی جانب دیکھنے لگی۔

شفیق نے مذاق میں آواز لگائی۔

مگر اندر سے کوئی جواب نہ پا کر اس نے آدھا اٹھ کر اندر جھانکنے کی کوشش کی۔ اسے کھڑکی سے پارس کا سر ہلتا ہوا نظر آیا۔

جگ تو رہے ہیں وہ نون تو آواز کیوں بند ہو گئی۔

وہ تشویش میں اٹھ کر اندر آگیا۔ پارس کی آنکھوں میں آنسو اور سکینہ کا پریشان سامنے دیکھ کر وہ گھبرا گیا۔ ”ارے کیا ہو گیا۔“ وہ تیزی سے پارس کی جانب لپکا۔

پارس نے جلدی سے آنکھیں صاف کر لیں مگر خاموش رہی۔ بس سکینہ کی طرف دیکھے جارہی تھی۔ ”آخر ہم اس کی کیا مدد کر سکتے ہیں بھلا“ گہری سوچ میں ڈوبی سکینہ شفیق کی بات ان سنی کر کے بولی۔

”اماں ہمیں ان سے بات کرنی چاہیے۔ وہ جس صدمے میں ہیں اس سے باہر نکالنا بھی ہماری ہی ذمہ داری ہے۔“ پارس بولی۔

”او! کس کی بات کر رہے ہو۔“ شفیق جھلایا ”وہ بابا۔۔۔۔۔ پارس نے سکینہ کی طرف دیکھا۔ ”ہاں بتا۔ ساری بات بتا اپنے بابا کو پھر سن ان کا جواب۔“ سکینہ جھلایا۔

”بابا مختصر بات یہ کہ کلثوم باجی کی ذہنی حالت ٹھیک نہیں ہے لیکن انہیں کوئی نہیں سمجھ پا رہا۔ ہمیں ان سے بات کرنی چاہیے۔ ورنہ وہ کوئی غلط قدم اٹھا سکتی ہے۔“

”غلط قدم سے کیا مطلب تیرا؟“ ”میرا مطلب اگر کلثوم باجی کو کچھ ہو گیا تو۔۔۔ وہ پھر رونے لگی۔

”ارے ارے رومت کچھ نہیں ہو گا اسے۔ وہ ہم ہے تیرا۔“ شفیق سکینہ کی بے چینی دیکھتے ہوئے اسے تسلی دینے لگا۔

”نہیں بابا۔۔۔۔۔! میں نے دیکھ لیا ہے۔ وہ ٹھیک نہیں ہے۔“ اس بار پارس کا لہجہ بدلا ہوا محسوس ہوا۔ ”پر تجھے کیا لگتا ہے۔۔۔۔؟ تو ان سے جا کر کہے گی کہ میں خواب دیکھا ہے اور وہ مان جائیں گے۔۔۔۔؟ سکینہ کی بات میں دم تھا۔

”کچھ بھی ہو اماں۔۔۔۔۔ کیسے بھی مجھے کلثوم باجی سے ملنا بہت ضروری ہے۔“ وہ اسی لہجے میں بولی شفیق نے اس وقت بہتر جانا کہ وہ خاموش ہو جائے۔

”اچھا ٹھیک ہے، ہم صبح اس پر بات کرتے ہیں۔“ اس نے تسلی دی

”ہاں ہم کل جائیں گے ان کے گھر۔“ پارس اٹل لہجے میں بولی ”ہاں ہاں! ضرور۔ ابھی تو ٹوٹ لیت جا۔“ شفیق اسے زبردستی سلانے لگا۔

”نہیں بابا میں تھوڑی دیر میں لیٹتی ہوں۔“ اس کے چہرے پر اب بھی وہی سرخی آگئی تھی۔ وہ خاموشی سے نظریں جھکائے پلنگ سے نیچے اترنے لگی۔ ”کہاں جا رہی ہے۔“ سکینہ گھبرا گئی۔

”ارے اتنی رات۔۔۔۔۔ پورا گاؤں سو رہا ہو گا ابھی چکائے گی کیا؟“ دونوں اٹھ کھڑے ہوئے۔

”نہیں اماں میں نہیں ہوں باہر۔“ وہ مزید کچھ نہ بولتا پھر دوسرے کمرے میں چلی گئی جہاں وہ زیادہ تر وقت نماز اور مراقبے میں گزارتی تھی۔

سکینہ اس کی پیچھے پیچھے چل دی۔ مگر شفیق نے

اس کا ہاتھ پکڑ کر روک لیا

”رک جا۔“ اس نے اشارے سے منع کیا۔

مگر سکینہ سے زیادہ دیر رہا نہ گیا وہ آہستہ آہستہ

دبے قدموں کمرے کے باہر جا کر کھڑی ہو گئی۔

دروازے پر بھاری پردہ پڑا ہوا تھا۔ اس نے پردہ ہلکا سا

سرکا کر اندر کمرے میں جھانک کر دیکھا۔ پارس

آنکھیں بند کیے آلتی پالتی مارے میٹھی تھی۔ اس کی

لب مسلسل بل رہے تھے۔

شفیق بھی اس کے پاس آ کر کھڑا ہو گیا تھا۔

چل بیٹھ ادھر۔

اس نے سکینہ کو باہر پنگ پر بیٹھنے کا اشارہ کیا اور

خود بھی وہاں سے ہٹ گیا۔

پارس کی اس حالت پر دونوں کو معاملے کی سنگینی

کا احساس ہو رہا تھا اور پھر وہ اس کے روحانی تشخص کو

جانتے ہوئے اس کی بات رد بھی نہیں کر سکتے تھے۔

”پتہ نہیں جی اب کیا ہونے والا ہے...؟“

سکینہ سہمے ہوئے انداز میں بولی

”مست پریشان ہو... کچھ نہیں ہوگا۔“

”نہیں جی کلثوم گاؤں کی کوئی اور لڑکی نہیں ہے

یہ آپ بھی جانتے ہو۔“

”ہاں تو...؟ اس سے کیا ہوتا ہے۔“

”کیوں نہیں ہوتا... آخر وہ اس کی تایا زاد

بہن ہے۔“ سکینہ بے چین ہو گئی

”تو پھر اس میں ذرے والی کیا بات ہے؟“ شفیق

زور دے کر بولا

”اگر کلثوم کو بچاتے بچاتے وہ کرم دین اور بانو

کے قریب ہو گئی تو...“ سکینہ سہمے ہوئے

انداز میں بولی۔

شفیق نے اسے غور سے دیکھا سکینہ کا رنگ اس

وقت کسی قیمتی چیز کے کھو جانے کے خوف سے پیلا ہو

پڑنے لگا تھا۔

اسے اس قدر سہا ہوا دیکھ کر شفیق کے چہرے پر

مسکراہٹ آگئی۔

سکینہ نے جو اسے مسکراتے دیکھا تو حیرت سے

بولی۔ ”آپ ہنس رہے ہو۔“

”ہاں تو اس مذاق پر ہنسون نہیں تو اور

کیا کروں۔“

”کیا مطلب...؟ یہ آپ کو مذاق لگ رہا

ہے...؟“ سکینہ چڑی

”اری نیک بخت کیا تجھے اپنے پیار پر بھروسہ

نہیں ہے۔“ شفیق بولا

وہ چپ رہی۔

”اچھا دل پر ہاتھ رکھ کر بتا۔“ وہ بچہ مسکرایا

”ہاں ہے۔ وہ میری بیٹی ہے اللہ نے اسے میری

جھولی میں ڈالا ہے۔“ وہ جذباتی ہونے لگی۔

”ہاں تو پھر جس نے دی ہے وہی اسے تیرا بنا کر

بھی رکھ گیا... اور پارس بھی اب بچی نہیں رہی

کھرے کھوٹے کا فرق ہم سے زیادہ جانتی ہے وہ۔ اس

پر یقین رکھ۔“ شفیق نے سکینہ کا ہاتھ تھام لیا۔

سکینہ نے تھوڑی دیر کے لئے آنکھیں میچ لیں۔

دونہی قطرے شفیق کے ہاتھ پر گرے۔

”اوہو۔ بس چپ...“ اس نے بچوں کی طرح

پکپکا را۔ سکینہ نے ہولے سے گردن ہلائی۔ جیسے دل

کے اندیشوں کو جھٹک رہی ہو۔

”تو فکر نہ کر۔ پہلے پارس کی بات کو سمجھ۔

نہ جانے کیا عہد ہے اس میں۔“

”ہاں آپ ٹھیک کہہ رہے ہو ہم اپنی طرف سے ایک کوشش کر لیتے ہیں۔“ سکینہ نے ہائی بھری شفیق اسے تسلی دیتے ہوئے خود بھی سوچ میں پڑ گیا تھا۔



صبح پارس جانے کے لئے تیار کھڑی تھی۔ شفیق نے اسے روکنا مناسب نہ سمجھا۔ سکینہ بھی اس کی ضد کے آگے ہار گئی تھی مگر پھر بھی اس نے ایک بار اور بات کرنے کی کوشش کی۔

”پارس....! ادھر آ“ اس نے بیٹی کو قریب بٹھالیا۔

”جی اماں....“

”ہمیں چلنے پر کوئی اعتراض نہیں۔ پر....“

”ادھر آ“

”کیا اماں....؟“

”اگر نہیں نے تیری بات نہ سنی تو.... وہ تجھے

ہی غلط سمجھے تو....“ سکینہ نے اپنے دل کا خوف

سامنے رکھ دیا۔

”تو کیا اماں، ہمیں ایک کوشش تو کرنی ہی

ہے۔“ پارس نڈر لہجہ میں بولی۔

”مگر اس طرح ہر معاملے میں پڑے گی تو تیری

پڑھائی کا کیا ہو گا۔“ سکینہ نے ایک اور دلیل دی۔

پارس پڑھائی کی بات سن کر مسکرا دی ”اماں، جو

بھی ہو گا اللہ کے حکم سے ہو گا۔“ اس کی آواز میں

ایک عجیب سا رعب تھا۔

”ہاں صحیح کہا تو نے پر.... وہ کچھ دیر ادھر ادھر

نظریں گھمانے لگی جیسے اسے روکنے کی کوئی اور دلیل

ڈھونڈ رہی ہو۔

”پر آج ماسٹر صاحب بھی تو آئیں گے ناں....“

سکینہ کو جیسے یاد آگیا۔

مگر ماسٹر صاحب کے ذکر پر اس کے چہرے کا

رنگ بدل گیا۔

”اگر نہ بھی آئیں تو کیا۔“ پارس آہستہ سے بولی۔

”کیا مطلب۔“ سکینہ چونکی۔

شفیق جو پاس بیٹھا ماں بیٹی کی باتیں سن رہا تھا

قریب ہو گیا۔

”کیا مطلب ہے تیرا۔“ وہ بولا۔

”بابا مطلب یہ کہ ایسی تعلیم کا کیا فائدہ جو کسی

کے کام نہ آئے اور سچ بولنے کی ہمت نہ

دے۔“ پارس نظریں جھکا کر بولی۔

”لیکن تجھے تو کسی نے بھی سچ بولنے سے نہیں

روکا۔“ وہ شفقت سے بولا۔

”جی ہاں۔ مگر صرف کتابیں رٹ لینے سے تو ہم

بڑے آدمی نہیں بنتے۔ اس کے لئے تو لوگوں کے کام

آنا بھی ضروری ہے پھر چاہے وہ باتیں سنائیں یا

اڑام دھریں۔“

شفیق کو لگا پارس کا دل اب پڑھائی سے

اچھا ہو رہا ہے۔

”کہیں تیرا دل تو نہیں بھر گیا پڑھائی سے۔“

شاید تجھے صحیح وقت نہیں دے رہے ماسٹر

صاحب۔ شفیق نے خود سے بولا۔

”نہیں بابا....! ایسی بات نہیں ہے۔“

”مگر علم صرف یہی تو نہیں۔ اور پھر یہ ماسٹر

صاحب کی مرضی وہ آئیں یا نہ آئیں۔“ پارس

بے دلی سے بولی۔

”آئے نہ آئے کیا مطلب ہے تیرا۔ آخر تو ماسٹر صاحب کو ایسے کیوں کہہ رہی ہے“ شفیق الجھا
 ”ارے آپ بھی کیا ماسٹر صاحب کو لے کر بیٹھ گئے ابھی کا مسئلہ تو سلجھا لیں۔“ سکینہ کا دماغ حالیہ مسئلے میں شدت سے الجھا ہوا تھا
 شفیق کو آثار اب بالکل بھی ٹھیک نہیں لگ رہے تھے۔ وہ سمجھا شاید پارس ان کے نہ جانے کی وجہ سے ناراض ہو رہی ہے۔

”اچھا چل.... ناراض مت ہو ہم تیرے ہر فیصلے میں تیرے ساتھ ہیں۔“ شفیق نے اسے یقین دلایا۔
 پارس نے اس کی طرف ایک نظر دیکھا۔

”سچ بابا۔“ وہ مسکرائی
 ”ہاں پر دیکھ ایسے صبح کسی کے گھر جانا اچھا نہیں۔ تھوڑا سورج چڑھ جائے تو کوہر پھٹتے ہیں۔ ٹھیک ہے نا؟“

”جی“ پارس اس کا جواب سن کر مطمئن سی ہو گئی مگر اسی طرح پریشان کچھ کشش میں بیٹھی رہی۔
 ”اچھا ایک بات تو مان لے میری“ سکینہ بار مانتے ہوئے بولی

”جی اماں، ان کے یہ بات کہنا کہ تو نے خواب دیکھا ہے۔ دیکھ پتہ یہ گاؤں والے تیری اس بات کو نہیں سمجھ پائیں گے۔“ سکینہ نے اسے مزید سمجھانے کی کوشش کی۔

”وہ پتہ نہیں کیا سمجھیں تجھے....“
 کہیں تجھے...؟“

پارس اس کی یہ بات سن کر کچھ نہیں بولی اسے خاموش دیکھ کر سکینہ دوبارہ بولی ”تو میری

بات سمجھ رہی ہے ناں۔“ اس نے تصدیق چاہی
 ”جی اماں۔“ اس نے اثبات میں گردن ہلا دی
 سکینہ نے اسے کبھی اتنا پریشان نہیں دیکھا تھا۔ یقیناً بات کچھ سنگین ہی ہے ورنہ یہ اتنا بے چین نہ ہوتی۔ سکینہ نے دل میں سوچا۔

اور دن چڑھے تک پارس شفیق کا ہاتھ تھامے کلثوم کے گھر کی طرف چل پڑی تھی۔
 سکینہ پورے راستے آیتوں کا ورد کرتی رہی کبھی پارس پر چوکتی تو کبھی شفیق پر۔

جیسے جیسے رحم دین کا مکان قریب آ رہا تھا اس کا دل نیٹے جا رہا تھا۔ وہ بے چین سی خیر کی دعائیں مانگتی ان کے ساتھ ساتھ چلتی جا رہی تھی۔

کاش وہ گھر پر ہی ناں ہوں۔ سکینہ کے دل سے دعا نکلی۔ مگر اسے دعا مانگنے میں دیر ہو گئی، رحم دین تو گھر کے دروازے پر ہی کھڑا تھا۔
 شفیق اور پارس بالکل خاموش تھے۔ غالباً دونوں اپنی جگہ یہی سوچ رہے تھے کہ بات کیسے کی جائے۔

اسے سامنے دیکھ کر پارس نے سلام کیا۔ شفیق نے ہاتھ آگے بڑھایا۔

مگر رحم دین نے کسی خاص گر مجوسی کا مظاہرہ نہیں کیا۔

”کہاں جا رہے ہو۔“ رحم دین اس وقت کو انہیں اپنے گھر کے پاس کھڑا دیکھ کر بھی انجان بننے ہوئے بولا۔

”ارے بھائی ہم تو تمہی سے ملنے آئے ہیں۔“ شفیق زبردستی مسکراتے ہوئے بولا۔

”ہیں جی۔“ رحم دین حیرت سے منہ کھولے اسے دیکھنے لگا۔

تھی۔ کنیز نے اکا سا جواب دیا ”اور ویسے بھی ہمارے معاملات میں دخل اندازی کی ضرورت نہیں ہے سمجھی۔“ کنیز کا اشارہ واضح طور پر کلثوم اور اس کی شادی کی طرف تھا

سکینہ نے پہلو بدلا۔

اسے گزبڑاتا دیکھ کر شفیق جلدی سے بولا ”دراصل کلثوم کی کے طبیعت ہارے میں کچھ بات کرنا تھی۔۔۔۔ اور پھر اس نے خواب کا ذکر کئے بغیر پارس کی بات ان تک پہنچادی۔

مگر پھر وہی ہوا جس کا دونوں کو یقین تھا

”اف اب رونا تو بند کر۔“ ناظمہ نے کلثوم کو چپ کرانے کی کوشش کی۔ ”مجھ سے کہا کس نے تھا پارس کے پاس جانے کو۔“

”ارے میری بد نصیبی مجھے لے گئے تھی اس شخص کے پاس۔۔۔۔ سچ میں بڑی ہی غرور والی ہے خود کو بڑا قابل سمجھتی ہے وہ۔“ کلثوم نے ناک بھونچوٹائی۔

”کہہ رہی تھی کلثوم باجی آپ کی دوست نے آپ سے جھوٹ بولا ہے۔ وہ اس کی نقل اتارنے لگی۔ ناظمہ اس کی بات سن کر چپ ہو گئی۔

”سچ اس کی بات ہے بڑا دل گھبراتا ہے اس لئے اج تیرے پاس پہلی آئی۔“ وہ بولی

”اچھا۔۔۔ کھانا تو پرچہ کہاں ہیں۔“ اس نے نظریں چراتے ہوئے کہا

”رکھا ہے سنبھال کے۔“ کلثوم کے چہرے پر ابھی بھی تکی شہی

”تجھے پتہ ہے کچھ روزہ راتوں میں بھی نظر آتی

”سب خیر تے ہے؟“ وہ بولا

”ہاں ہاں سب خیر ہے۔ وہ کچھ ضروری بات کرنی تھی اگر اندر چلو تو۔“ شفیق نے درخواست گزار کے سے لہجہ میں کہا۔

”ہاں ہاں آؤ آؤ“ رحم دین کے چہرے پر پریشانی کے آثار ابھرنے لگے تھے۔ مگر پھر بھی نہ چاہتے ہوئے وہ انہیں اندر لے گیا۔ سامنے کنیز جو پٹنگ پر چادر بچھا رہی تھی اس کے ہاتھ وہیں کے وہیں رک گئے۔

”تم۔۔۔۔ اس نے ناگواری سے کہا

”ہاں وہ۔۔۔۔ انہیں میں گھر میں لایا ہوں“ رحم دین نے انہیں بیٹھنے کا اشارہ کیا۔

”تو جاندر“ وہ کنیز کی طرف دیکھ کر بولا۔ ”نہیں۔ انہیں بھی یہیں روکیں۔ آپ دونوں کے سامنے بات ہو تو اچھا ہے۔“ پارس اعتماد سے بولی

پارسی کے اس انداز پر کنیز کی بھنویں چڑھ گئیں۔ رحم دین نے اسے گھور کر دیکھا ”کل کی نیکی ہم سے بات کرے گی۔“

رحم دین بولا

”وہ بات تو ہمیں کرنی ہے۔ پر تسی آرام سے بیٹھو گے تو بات ہوگی ناں۔“ شفیق نے اس کے لیے میں بولا۔ اس کے کہنے پر چارو ناچار دونوں بیٹھ گئے۔

”سکینہ تو شروع کر۔۔۔۔ اس نے سکینہ کی طرف دیکھا۔

”جی“ وہ تھوک نکل کر بولی۔ ”ہاں بات دراصل یہ ہے کہ کلثوم ہمارے گھر آئی تھی پتہ ہے ناں۔“ اس نے سوالیہ نظروں سے دیکھا۔

”آئی نہیں تھی تو زبردستی اسے لے گئی

تھی۔ قسم سے چڑیل ہے چڑیل۔“ تو بہ تو بہ۔ وہ کانوں کو ہاتھ لگانے لگی۔

”بونہ، میں اس کی بات کیسے مانوں۔ مجھے پتہ ہے تو مجھ سے کبھی بھی جھوٹ نہیں بولے گی۔ ہے ناں“ کلثوم بڑے اعتماد سے بولی مگر پھر بھی اس کی آواز میں ہلکا سا لرزہ تھا۔

کلثوم کی اس بات پر ناظمہ نے نظریں چرائیں۔
”میں نے صحیح کہا ناں“۔ کلثوم اسے شکی نظروں سے دیکھنے لگی۔

”لے سمو سے کھا۔ سچ بڑے مزے کے ہیں۔“
ناظمہ نے اس کی بات نظر انداز کرتے ہوئے سمو سے اس کے آگے بڑھا دیا۔

مگر اس کا یہ انداز کلثوم کو بے چین کرنے لگا۔ وہ خود کو مسلسل جھوٹی تسلیوں سے سمجھانے کی کوشش کر رہی تھی اس کا دل کانپنے لگا۔

”ناظمہ میری طرف دیکھ۔“ اس نے سمو سے کہا۔
”ہاں پلیٹ میں ڈال دیا

”کھا قسم۔“ تو نے صحیح صحیح پڑھا تھا۔ اس میں لکھا تھا ناں کہ سے مجھ سے محبت ہے۔“ کلثوم نے اس کا ہاتھ پکڑ کر اس کے سر پر رکھ دیا۔

”اف کیا کر رہی ہے تو۔“ ناظمہ ڈر گئی۔ اس نے اپنا ہاتھ بمشکل اس سے چھڑا دیا۔

”لے ایویر قسم کھاؤں اپنی جان کی۔“ وہ بان چھڑانے لگی

”دیکھ....! مجھ سے نظر نہ چرا۔ سیدھی بات۔“ اس نے ناظمہ کا ہاتھ پکڑ لیا

”اف۔ دور تو ہٹ“ ناظمہ نے اسے دھکیلا
”اس کا مطلب کہ تو نے بھی جھوٹ بولا تھا مجھ

سے۔“ کلثوم نے اسے بالوں سے پکڑ لیا۔

”اف چھوڑ مجھے۔ میری بات تو سن۔“ ناظمہ تکلیف سے چلانے لگی۔

”دیکھ کلثوم کوئی آجائے گا۔ اماں بہت مارے گی۔“ تو صبر سے میری بات سن....“ اس نے پھولی ہوئی سانسوں میں کلثوم کو ٹھنڈا کرنے اور خود کو بچانے کی کوشش کی۔

”بیٹھ تو ادھر۔“ اس نے اسے پکڑ کر زبردستی پلنگ پر بٹھا دیا۔

”ناظمہ کے پاس اپنی غلطی تسلیم کرنے سوا کوئی اور راستہ نہ تھا۔

”قسم سے میری جو کچھ آیا وہ پڑھ دیا تھا۔“ اس نے سر پر ہاتھ رکھ لیا۔

”اور مجھے کیا پتہ تھا کہ وہ دھوکہ باز تیری بیوقوفی کا فائدہ اٹھائے گا۔“ ناظمہ نے اپنی منائی دینا چاہی۔

کلثوم اپنی جگہ بے چین ہو گئی۔ ”مطلب تو کہہ رہی ہے کہ پاس سچ کہہ رہی تھی۔“ اس کی نظریں ناظمہ پر گزرجیسے گز گئیں تھیں۔

ناظمہ نے گھبرا کر ہٹنے سے ہال میں سر ہلادیا
”یعنی یعنی.... اس میں وہ نہیں لکھا تھا جو تو نے پڑھا۔“ کلثوم اپنے ہوا اس کھونے لگی۔

”بے ناں بول۔“
”دیکھ کلثوم جو ہوا اسے بھول جا۔“ ناظمہ ہمت جتا کر بولی

”اور میں بھی کونسا پڑھی لکھی ہوں، کوئی پانچویں پاس تو ہوں نہیں۔ وہ تو بس شوق شوق میں کچھ حروف دہرائیتی تھی“ ناظمہ نے پھر اپنی صفائی پیش کی۔

”بے ناں بول۔“
”اور میں بھی کونسا پڑھی لکھی ہوں، کوئی پانچویں پاس تو ہوں نہیں۔ وہ تو بس شوق شوق میں کچھ حروف دہرائیتی تھی“ ناظمہ نے پھر اپنی صفائی پیش کی۔

”بے ناں بول۔“
”اور میں بھی کونسا پڑھی لکھی ہوں، کوئی پانچویں پاس تو ہوں نہیں۔ وہ تو بس شوق شوق میں کچھ حروف دہرائیتی تھی“ ناظمہ نے پھر اپنی صفائی پیش کی۔

”بے ناں بول۔“
”اور میں بھی کونسا پڑھی لکھی ہوں، کوئی پانچویں پاس تو ہوں نہیں۔ وہ تو بس شوق شوق میں کچھ حروف دہرائیتی تھی“ ناظمہ نے پھر اپنی صفائی پیش کی۔

”بے ناں بول۔“
”اور میں بھی کونسا پڑھی لکھی ہوں، کوئی پانچویں پاس تو ہوں نہیں۔ وہ تو بس شوق شوق میں کچھ حروف دہرائیتی تھی“ ناظمہ نے پھر اپنی صفائی پیش کی۔

”پر تیری اس حرکت سے میرا دل.... اف میرا دل....“ اس کے الفاظ اٹکنے لگے۔

”اف.... کلثوم سنبھال خود کو“۔ ناظمہ گھبرا گئی۔ وہ اس کے ہاتھ سہلانے لگی۔ ناظمہ پھر بولی۔ ”ارے بھائو میں ذرا اس بے وفا کو۔ آگ لگے اسے“۔ ناظمہ اسے کوٹنے لگی

”خود کو سنبھال۔ کیوں لے رہی ہے اتنا دل پر۔ دیے بھی اب تیری شادی ہو چکی ہے“۔ ”نہیں اس نے اچھا نہیں کیا“۔ اس نے ناظمہ کی بات جیسے سنی ہی نہیں۔

”دیکھ کلثوم....! ہم لڑکیوں کے دل پر کیا بنتی ہے یہ مرد نہیں سمجھتے۔ اسے تو اچھی لگی مگر وقت گزرنے کی حد تک۔ ہم سفر بننے کے لئے نہیں۔ یہی سچ ہے۔“

”سچ کہتی ہوں، تو جس کے لئے اتنا تڑپتی ہے اسے اگر تیری ذرا بھی لگن ہوتی تو تجھے برادری سے لڑ کر اپنا عزت سے لے کر جاتا۔ یوں ایسے بھری دنیا میں نکلتا۔ مگر تیرا“۔ اس نے کلثوم کو آئینہ دکھانے کی کوشش کی۔

”نہیں وہ ایسا نہیں تھا نہیں“، مگر وہ ایک ہی بات دہرا رہی تھی

”اور یہ دنیا تو شاید ہمارے لئے ہی نہیں یہاں تو ہر دوسری لڑکی ایسا ہی کوئی غم دل میں دبائے سانس بھی لے رہی ہیں اور جی بھی رہی ہے“ ناظمہ اُداسی سے پھر بولی۔

”نہیں میں نہیں جی سکتی۔ آخر کیا بگاڑا تھا میں نے اس کا۔ میں تو اپنی زندگی میں خوش تھی۔ جیسی بھی تھی مگر تھی“۔

”تو پھر وہ کیوں آیا؟ کیوں اس نے میرا مرق اڑایا ہے۔ کاش میں مرجاتی۔ کاش میں مرجاؤں۔ وہ خود کو کوٹنے لگی۔“

”چپ کر کلثوم کفر مت بک۔ وہ نہیں تو زندگی تو نہیں رکی تیری۔“

”میری زندگی رک گئی ہے بلکہ ختم ہو گئی ہے۔“ ”اور جو جہار ہے، تیرا شوہر۔ کبھی سوچا ہے تو نے....؟ تجھے اس طرح اس کا راک الاپتے دیکھے گا تو یہی بونی بونی کر دے گا“۔ ناظمہ نے اسے ڈرایا

”کو دے میں زندہ رہوں تو کیا....؟ مرجاؤں بھی تو کیا؟“۔ اس کی آواز میں تھکن اترنے لگی ”کم سے کم اس مسلسل عذاب سے تو چھٹکارا ملے گا۔“

وہ ٹکٹ خوردہ سی اٹھ کھڑی ہوئی۔

”نہیں کلثوم تو ایسا کچھ نہیں کرے گی۔ مان میری بات“۔ ناظمہ کو اس کے تیور ٹھیک نہیں لگ رہے تھے۔ مگر وہ خود بے بس تھی اس کو سمجھانے کے سوا کچھ نہیں کر سکتی تھی۔

”چھوڑ جانے دے مجھے“۔ وہ اس کا ہاتھ جھٹک کر کھڑی ہوئی۔



گھر میں داخل ہوئی تو سامنے پارس کو دیکھ کر ٹھٹک کر رک گئی۔ اس میں حقیقت جاننے کے بعد پارس سے نظریں ملانے کی ہمت نہ تھی۔ وہ اسے نظر انداز کر کے اندر جانے لگی۔

”لے آگئی زندہ سلامت“۔ کیز بولی۔

”اب ٹھیک ہے۔ زندہ ہے میری بچی کچھ نہیں ہوا اسے.... دیکھ لیاناں اسے۔ اب جاؤ یہاں سے تم لوگ۔ پیچھا چھوڑو ہمارا“۔ کیز نے خوب غبار نکالا۔

سکینہ اپنا غصہ اتارنے لگی۔ مگر پارس ابھی بھی پیچھے مڑ مڑ کر دیکھ رہی تھی۔

سکینہ نے پارس کا ہاتھ مضبوطی سے پکڑا ہوا تھا۔ ابھی تھوڑی دور ہی گئے تھے کہ رحم دین کے گھر سے اچانک چیخنے چلانے اور کچھ عجیب سے شور کی آوازیں سنائی دینے لگیں۔

”باہی“.... پارس بے چین ہو کر تیزی سے بلیں۔ ”نہیں پارس رک“، سکینہ نے اس کے ہاتھ پر اپنی گرفت مضبوط کر لی۔

مگر پارس پر تو جیسے جنوں سوار تھا۔ وہ ہاتھ چھڑا کر تیزی سے دوڑتی ہوئی رحم دین کے گھر میں داخل ہو گئی۔ شفیق اور سکینہ بے بس سے اس کے پیچھے دوڑ پڑے۔

(حباری ہے)



”آپ کم سے کم باہی سے بات تو کیجیے“ پارس جس کی نظریں کلثوم کو دیکھ رہی تھیں تڑپ کر بولی۔

”ارے کوئی باہی حاجی نہیں ہے تیری۔ سنا ٹوٹے۔ خواہ مخواہ کی باتیں نہ بنا۔ وہ عھیک ہے بالکل۔“

کنیز نے غصے سے پارس کو گھورتے ہوئے کہا ”پارس زیادہ ضد اچھی نہیں۔ چل یہاں سے۔“ شفیق بولا

سکینہ سے بھی اب مزید برداشت نہیں ہو ”پارس چل اٹھ۔ چل یہاں سے۔“ وہ کھڑی ہو گئی

”دیکھ ٹوٹے اپنی ذمہ داری پوری کی۔ اب انہیں ان کے حال پر چھوڑ۔ کبھی....؟“ سکینہ نے پارس کو تقریباً کھینچ کر اٹھایا اور زبردستی باہر لے آئی۔

”دیکھ لیا ٹوٹے کیسے بے رحمت ہیں۔ اب ٹھنڈ پڑ گئی تھی؟“

ایک درخت، ایک سال

.... کاٹنے کے 26 ہزار کلو میٹر فاصلہ طے کرنے سے خارج ہونے والی 48 پونڈ کاربن ڈائی آکسائیڈ کو جذب کرتا ہے۔

.... فیکٹریوں سے نکلنے والی 60 پونڈ آلودگی کو فلٹر کرتا ہے۔

.... طوفانی برسات میں منع ہونے والے 750 گیلن پانی کو جذب کرتا ہے۔

.... ماحول میں 110 ایر کنڈیشنر کے مساوی ٹھنڈک پہنچاتا ہے۔

.... 6 ہزار پونڈ آکسیجن پیدا کرتا ہے۔ جس سے ہر سال 18 افراد سانس لیتے ہیں۔

.... تو پھر درخت لگائیے، اپنی دھرتی ماں کو سکون پہنچائیے۔



جیتی جاگتی زندگی

زندگی بے شمار رنگوں سے مڑیں ہے جو کہیں خوبصورت رنگ اڑھے ہوئے ہے، تو کہیں تلخ حقائق کی اڑھنی اڑھے ہوئے ہے۔ کہیں شیریں ہے تو کہیں عنکبوتی، کہیں ہنسی ہے تو کہیں آنسو۔ کہیں دھوپ ہے تو کہیں چھاؤں، کہیں سمندر کے

شفاف پانی کے جھسی ہے تو کہیں کچھڑ میں کھلے پھول کی مانند۔ کہیں قوس قزح کے رنگ ہیں۔ کبھی اماؤں کی رات جیسی گنتی ہے۔ کبھی خواب گنتی ہے، کبھی سراب گنتی ہے، کبھی خار دار جھانپاں تو کبھی شبنم کے قطرے کی مانند گنتی ہے۔ زندگی مذاہب مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھنسی مار رہی ہے، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے....

کسی مفکر نے کیا خوب کہا ہے کہ ”استاد تو سخت ہوتے ہیں لیکن زندگی استاد سے زیادہ سخت ہوتی ہے، استاد سبق دے کے امتحان لیتا ہے اور زندگی امتحان کے رشتہ دار ہوتی ہے۔“ انسان زندگی کے تیشہ و فراز سے بڑے بڑے سبق سیکھتا ہے۔

زندگی انسان کی تربیت کا عملی میدان ہے۔ اس میں انسان ہر گزرتے لمحے کے ساتھ سیکھتا ہے، چھوٹے بچے کو کھانا کھاتے ہیں اور حدیث ان کے سامنے ہوتے ہیں۔ کوئی دوسرے کی کھائی ہوئی ٹھوکر سے ہی سیکھ لیتا ہے۔ زندگی کے کسی موڑ پر سے ماضی میں رونما ہونے والے واقعات بہت عجیب دکھائی دیتے ہیں۔ وہ ان پر دل کھول کہہ رہا ہے یا شرمندہ دکھائی دیتا ہے۔ یوں زندگی انسان کو مختلف انداز میں اپنے رنگ دکھاتی ہے۔

اب تک زندگی ان گنت کہانیاں تخلیق کر چکی ہیں، ان میں سے ہر لمحہ قمر خاں پر منتقل کر رہے ہیں۔

ضد گھرا جاز دیا

میں پانچ بہنوں میں سب سے چھوٹی ہوں۔ ہمارے گھر میں ایک ہی کمر تھا۔ صحن البتہ کافی کشادہ تھا۔ ایک طرف گھاس پھوس کا چھپر سا بچا کر اس کے نیچے چولہا بنا رکھتا تھا۔ ابا شہر میں کپڑے کے کسی کارخانے میں چوکیدار تھے۔ وہ صبح منہ اندھیرے سائیکل پر دس بارہ میل کا سفر طے کر کے شہر جاتے اور شام کو اسی دشوار گزار اور طویل راستے سے واپس آتے۔ ماں سلیقہ مند خاتون تھی، وہ گھر کو لپ پوت کر صاف ستھرا رکھتی۔ سلائی کڑھائی کا کام جانتی تھی۔ کبھی کبھار گاؤں والے ان سے کپڑے بھی سلوا

لیتے۔ بس اس طرح گزارا کرتے ہو جاتی۔

میں نے ہوش نہ کیا۔ تو زندگی کا یہی چلن تھا۔ پھر بہنیں جوان ہو گئیں۔ ایک بہن کی شادی چچا زاد سے ہوئی اور دوسری کی پھوپھی زاد سے! وہ لوگ بھی ہماری طرح مز دور پیشہ تھے اور محنت مزدوری سے گزارا اوقات کرتے۔ میری تیسری بہن کا رشتہ علی گڑھ میں ہوا۔ وہ لوگ مالی لحاظ سے قدرے بہتر لیکن کافی سخت مزاج تھے۔ بہن کو ہمارے ہاں زیادہ آنے کی اجازت نہ تھی۔ سال میں کبھی ایک آدھ دن کے لیے آکر رہ جاتی۔

میری چوتھی بہن معمولی شکل و صورت اور



سانولی رنگت کی جبکہ میں اس کے برعکس کافی خوبصورت ہوں۔ چونکہ گھر میں سب سے چھوٹی تھی لہذا بے جالاؤ پیار کی وجہ سے بگڑ گئی۔ باقی بہنیں سخت قسم کا پردہ کرتی تھیں جبکہ میں صرف دوپٹہ لے کر محلے میں ادھر ادھر گھوم پھر آتی۔ ساتھ ساتھ میں نے اپنے شوق سے گاؤں کے اسکول سے پانچ جماعتیں بھی پاس کر لیں۔

ان دنوں میری عمر اٹھارہ برس تھی جب ہمارے ہمسایوں کی وساطت سے میرے لیے شہر سے رشتہ آیا۔ ہماری ہمسائی شہر کی ایک دکان سے دوپٹے رٹوانے جاتی تھی۔ ایک روز باتوں باتوں میں پتا چلا کہ دکاندار کی شادی نہیں ہوئی اگرچہ اس کی عمر چالیس کے لگ بھگ ہو چکی تھی۔ ہمارے ہمسائی نے اسے کہا کہ گاؤں کی ایک خوبصورت لڑکی اس کی ہمسائی ہے، اگر کہو تو بات چلاؤں....؟ دکاندار جس کا نام مبین تھا، نے حامی بھری۔ ہمسائی نے پھر میری ماں سے بات کی۔ میرے والدین کی رضامندی سے ایک روز مبین اور اس کی والدہ مجھے دیکھنے آئے۔ وہ لوگ ایک گھنٹہ ہمارے ہاں رہے، چائے وغیرہ پی اور چلے گئے۔ سنا ہے کہ مبین کی والدہ و میں پسند نہیں آئی، اس نے کہا تھا کہ لڑکی بہت تیز ہر اڑ ہے یہاں رشتہ مناسب نہیں لیکن مبین کو میں ایسی بھائی کہ اس نے ماں کو کسی نہ کسی طرح رضامند کر بی لیا۔

مبین کی چار بہنیں اور ایک بھائی تھا۔ اس کے والد بھی شہر کے بازار میں دوپٹے رنگنے کا کام کرتے تھے۔ جب مبین دسویں جماعت میں پڑھتے تھے، ان سے چھوٹی بہنیں پانچویں، چوتھی، تیسری اور دوسری جماعتوں میں تھیں جبکہ بھائی منور ابھی صرف دو ماہ کا

تھا کہ ایک رات اچانک ان کے والد پر بیٹھے کا حملہ ہوا۔ دو چار دنوں کی بیماری کے بعد وہ اس دار فانی سے کوچ کر گئے۔

اب مبین ہی سب سے بڑے تھے لہذا گھر چلانے کی ساری ذمہ داری ان کے کندھوں پر آن پڑی۔ وہ میٹرک کا امتحان نہ دے سکے اور والد کا کاروبار سنبھال لیا۔ اس طرح روزی روٹی کا سلسلہ چل نکلا۔

دکان چھوٹی سی تھی لیکن کمائی کافی ہونے کے باعث گھر میں خوشحالی تھی۔ والدہ بھی دورانہ پیشہ تھیں مبین جو کماتے ماں کی ہتھیلی پر رکھ دیتے۔ گھر کے اخراجات سے جو رقم بچ جاتی، ماں فوراً اس سے بیٹیوں کے جینز کی چیزیں خرید لیتی۔

وقت گزر رہا تھا بہنوں نے دس دس جماعتیں پڑھ لیں، تو باری باری مناسب رشتے دیکھ کر اچھے خاصے جینز کے ساتھ ماں نے انہیں اپنے اپنے گھر رخصت کر دیا۔

اب مبین کی والدہ اس کی شادی کے لیے کمر باندھ رہی تھیں۔ چھوٹے بھائی منور نے بی کام میں داخلہ لے لیا۔ وہ بھی محنتی اور سلیکھا ہوا نوجوان تھا۔ انہوں نے کئی لڑکیاں دیکھیں۔ بہر حال قرعہ فال میرے نام نکلا اور شادی کی تاریخ بھی مقرر ہو گئی۔

ان دنوں میرے ابا اور ماں بہت متفکر تھے کیونکہ جینز کے نام پر، ان کے پاس دینے کے لیے کچھ بھی نہ تھا۔ کارخانہ ایک ماہ سے بند ہونے کے باعث ابا فارغ بیٹھے تھے۔ دونوں رات کو بیٹھ کر آپس میں باتیں کرتے کہ کسی سے رقم ادھار لے لیتے ہیں۔ مگر ابا کہتے کہ ادھار لے بھی لیا تو لوٹائیں گے کیسے....؟

یہ شادی سے دو ہفتے پہلے کی بات ہے۔ مبین اپنی

”سچ پوچھیں“ تو جس دن سے رخسانہ کو بیاہ کر لایا ہوں، میرا کاروبار دن و گنی اور رات چوگنی ترقی کر رہا ہے۔“

مبین نے یہ کہہ کر اپنے طور پر اپنی ماں کو خوش کر دیا مگر میری ساس شروع دن ہی سے مجھے ناپسند کرتی تھی۔ سچ پوچھیے تو میرے دل میں بھی اس کے لیے کوئی عزت اور پیار کا جذبہ نہ تھا۔ وہ مجھے ذرا سی چھبستی بات بھی کہہ دیتی، تو میں ترکی بہ ترکی اس کا جواب دیتی۔ وہ بھی ضد میں آکر خوب دل کی بھڑاس نکالتی اور آنے جانے والی محلے کی عورتوں کے سامنے مجھے جینے نہ لانے کے طعنے دیتی۔ جب میں مبین سے گلہ کرتی، تو وہ کہتے ”بس تم میری خاطر میری ماں کو برداشت کر لو۔“

میری ساس کا اور تو بس نہ چلتا، بس اپنی بیٹیوں کو بھی عیدی کے نام پر، تو کبھی ان کے بچوں کی پیدائش اور سالگرہ کے بہانے بہت کچھ دیتی رہی تھی چونکہ یہ اشیاء میرے شوہر کی کمائی سے خریدی جاتیں لہذا میں مبین سے شکایت کرتی۔ انہوں نے ایک دو مرتبہ ماں کو سمجھانے کی کوشش کی کہ رقم اس طرح خرچ کرنے کے بجائے جمع کریں لیکن وہ آگے سے رونا شروع کر دیتی اور بتی ”تم زن مرید ہو گئے ہو۔ اب تمہیں مجھ میں برائیاں نظر آتی ہیں۔“

غرضیکہ اس طرح سال گزر گیا اور اللہ نے مجھے چاند سا بیٹا دے دیا۔ مبین نے اس کا نام قاسم رکھا۔ اس کے ایک سال بعد بیٹی پیدا ہوئی جس کا نام ریحانہ رکھا گیا۔ اب میں بچوں کی پرورش اور دیکھ بھال میں مصروف ہو گئی۔ ساس جان چکی تھی کہ میں کافی زبان دراز اور مبین کی چہیتی ہوں، اس لیے وہ مجھ

موثر سائیکل پر اکیلے ہمارے گھر آئے۔ اگرچہ شادی سے پہلے لڑکے کا اکیلے اس طرح آنا، گاؤں میں معیوب سمجھا جاتا ہے لیکن جب انہوں نے ابا اور ماں سے تنہائی میں بات کی، تو ان کے چہرے خوشی سے دمک اٹھے۔

مبین نے کہا کہ انہیں ہمارے گھریلو حالات کا اندازہ اسی دن ہو گیا تھا جب وہ اپنی ماں کے ساتھ آئے تھے۔ لہذا وہ یہ کہنے چلے آئے کہ جیز کے نام پر انہیں کسی چیز کی ضرورت نہیں البتہ بارات میں ان کے دوست احباب شامل ہوں گے، اس لیے اس کا استقبال اور کھانا اچھا ہونا چاہیے۔ اس مقصد کے لیے انہوں نے ابا کو تیس ہزار روپے کی خطیر رقم بھی دی۔ بعد میں ابا نے گاؤں کے پورے حری سے بات کی، تو اس نے بارات کے استقبال اور کھانے کے انتظامات کے لیے اپنی حویلی کی پیشکش کر دی۔ اس طرح میرا بیاہ و ہوم و دام سے ہوا اور میں مبین کے گھر آ گئی۔

کان میں ہر کوئی میری قسمت پر رشک کر رہا تھا۔ میں بے حد خوش تھی۔ مبین بھی میرے دیوانے تھے۔ وہاں گھر کے قریب ہی تھی۔ دن میں تین چار مرتبہ کھانا کھا لیتے۔ لیکن میری ساس باوجود مجھ سے ناراض رہتی تھیں۔ وہ مجھے کہتیں کہ بار بار دکان چھوڑ کر آنے سے کاروبار پر برا اثر پڑتا ہے۔ ایک دن ہمت کر کے میں نے کہہ دی وہ پاک مجھے کیوں کہتی ہیں، اپنے بیٹے سے کہیں۔ اتنی دیر میں مبین آگئے۔ میں نے ساری بات بتادی۔ وہ بڑے پیار سے اپنی ماں کے پاس بیٹھ گئے اور کہنے لگے ”میں نے اب دو ملازم رکھ لیے ہیں۔ کاروبار شاندار چل رہا ہے۔ آپ بالکل بے فکر رہیں“ اور پھر ہنس کر کہنے لگے

سے زیادہ بات چیت نہ کرتی۔ میں اپنے گھر بہت خوش اور مطمئن تھی۔ میرے والدین اکثر مجھ سے ملنے آتے۔ میرے والد مبین کے پاس دکان پر جاتے، تو وہ انہیں کچھ نہ کچھ رقم یہ کہہ کر ضرور دیتے ”آپ میرے والد کی جگہ ہیں، آپ کی مدد کرنا میرا فرض ہے۔“

میری والدہ میری باتیں سنتی تو کہتی ”شاباش بیٹی، اسی طرح شوہر کو اپنی منگی میں رکھو اور اس بڑھیا سے پیچھا چھڑانے کی کوشش کرو۔“ یعنی الگ گھر لے لو۔ مبین میری ہر بات مانتے تھے مگر الگ گھر کی بات نہ کرنے دیتے۔ ”مجھے“ منور کسی قابل ہو جائے، اس کی شادی کر دوں، پھر ہم الگ گھر لے لیں گے۔“

میری شادی کو تین سال ہو چکے تھے جب میری نند فرزانہ کا شوہر ٹریفک کے ایک حادثے میں جاں بحق ہو گیا وہ چار بچے تین بچوں کو لے کر مستقل اپنی ماں کے پاس آگئی۔

نند کیا آئی گھر کا نقشہ ہی بدل گیا۔ میرے بچوں کی ہر چیز پر نند کے بچوں نے قبضہ کر لیا۔ اس کے بچے بڑے تھے۔ ہم نے اپنے دونوں بچوں کے لیے خوبصورت کھلونے خرید رکھے تھے لیکن وہ چھوٹے تھے، اسی لیے اکثر ذبوں میں بند پڑے تھے۔

میری ساس اور نند نے ہر چیز نکال کر اپنے تینوں بچوں کو دے دی۔ انہوں نے چند ہی دنوں میں کھلونے توڑ پھوڑ کر پھینک دیے۔ اب میں نے ساس اور نند دونوں کے ساتھ خوب ڈٹ کر لڑائی کی۔ جب مبین کے سامنے مسئلہ گیا، تو ماں بیٹی بے چارگی اور بے بسی کا رونا رونے لگیں۔ مبین نے مجھے سمجھایا،

”میری بہن فرزانہ اس وقت بہت دکھی ہے، دنیا میں سوائے میرے اس کا کوئی نہیں لہذا تم صبر سے کام لو۔“ میرے دل میں بھی خوف خدا آگیا۔ چند دن میں نے صبر سے کام لیا لیکن میرے اس رویے کو دونوں ماں بیٹی نے میری کمزوری سمجھا اور انہوں نے میرے خلاف کئی محاذ کھول دیے۔

میں گھر کے کام کاج میں مصروف ہوتی، تو میرے بچے روتے رہتے لیکن دونوں میں سے کوئی بھی ان کی طرف نہ آنکھ اٹھا کر دیکھنے کی زحمت گوارا نہ کرتی۔ ساس فرزانہ کو کوئی کام نہ کرنے دیتی، میں کام کرتے کرتے بری طرح تنگ جاتی۔ ساس کو اپنے نواسوں کے چونچلوں ہی سے فرصت نہ ملتی تھی۔ مبین سے شکایت کی، تو اس نے فورا نوکرائی کا انتظام کر دیا لیکن ساس نے کچھ ایسا چکر چلایا کہ ہمارا دن اس کے ادکامات بجالاتی رہتی یا پھر فرزانہ اور اس کے بچوں کی خدمت اور دیکھ بھال میں مصروف رہتی۔

ایک روز سخت گرمی تھی۔ میری ماں مجھ سے ملنے آئی۔ کچھ میری ماں نے اپنی آنکھوں سے گھر کے طور طریقے دیکھے کچھ میں نے تنگ مریج لگا کر بتائے۔ ماں نے مجھے سبق پڑھایا ”مبین سے کہو، آج ہی تمہیں علیحدہ گھر لے کر دے ورنہ تم میرے ساتھ چلو۔“

مبین آئے، تو میں نے ان سے کہا ”اب میں مزید تمہاری ماں اور بہن کے ساتھ نہیں رہ سکتی لہذا مجھے فوری طور پر الگ گھر لے کر دو۔“

مبین نے مجھے اور میری ماں کو سمجھانے کی کوشش کی ”صرف دو سال کی بات ہے، منور کو

نو کڑی ملنے والی ہے۔ اس کی شادی ہو جائے پھر ہم الگ گھر لے لیں گے۔“

اس نے یہ بھی بتایا کہ اس نے اپنی ماں سے بھی یہ بات طے کر لی ہے۔ لیکن میں نے ہنگامہ کھڑا کر دیا کہ ابھی اور اسی وقت یہاں سے نکل چلو ورنہ میں اپنی ماں کے ساتھ جا رہی ہوں۔ اس دوران میری ساس بھی آگئی۔ اس نے بھی ڈٹ کر کہا ”ویسے تو مبین میرا بیٹا ہے اور تمہاری گیدڑ بھبھکیوں میں آنے والا نہیں لیکن اگر اس نے دو سال سے پہلے مجھ سے الگ ہونے کی کوشش کی، تو میں اسے دودھ نہیں بخشوں گی۔“

مبین بے چارے سر پکڑ کر بیٹھ گئے۔ لیکن مجھے ان کی بے بسی پر قوی ترس نہ آیا۔ میں نے فوراً دونوں بچوں کو تیار کیا اور ماں کے ساتھ میکے آگئی۔

اگلے دن مبین اپنی موٹر سائیکل پر گاؤں آئے۔ وہ مجھے کافی دیر تک سمجھاتے رہے اور اپنی مجبوریوں بتائیں لیکن میں نس سے مس نہ ہوئی۔ میں نے کہا ”ایک ہفتے کے اندر اندر الگ گھر کا انتظام کر لو۔ اب میں اس گھر میں کبھی نہیں جاؤں گی۔“ ماں نے بھی میرا ساتھ دیا۔

شام کو ہمارے گھر گاؤں کا پلبر آیا۔ اس نے کہا ”مبین مجھے جاتے وقت کہہ گیا ہے کہ میرے بچے یہاں ایک ہفتہ قیام کریں گے لہذا تم نکالنا دینا تاکہ انہیں پانی کی تکلیف نہ ہو۔“ اسی شام پلبر نے نکالنا دیا۔

اب مبین نے پورا ہفتہ اپنی ماں کو سمجھانے کی کوشش کی۔ وہ بھی ضد کی پکی تھی، اس نے مبین کو علیحدہ گھر لینے کی اجازت نہ دی۔ میرے دیور منور کو پتا چلا، تو وہ بھی میرے پاس گاؤں آیا۔ کہنے

لگا ”بھابھی! میری ماں بے حد ضدی خاتون ہیں۔ میرے کہنے پر تم ایک سال اور ماں کے ساتھ گزار لو۔ میرا وعدہ ہے کہ میں سال سے بھی کم عرصے میں ماں کو رضا مند کر لوں گا۔“ لیکن میں نے اس کی بات کو اہمیت نہ دی اور وہ چلا گیا۔

ایک ہفتے بعد مبین آئے، انہوں نے صحن میں موٹر سائیکل کھڑی کی، تو دونوں بچے بھاگ کر باپ کی ٹانگوں سے پٹ گئے۔ انہوں نے مجھے سلام کیا لیکن میں نے جواب دینے کے بجائے پوچھا ”گھر کا انتظام کر آئے ہو....؟“

انہوں نے کہا ”ابھی نہیں۔ تم بیٹھ جاؤ۔ آرام سے بات کرتے ہیں۔“

نجانے وہ دن صبح منووس لہہ تھا، میں غصے سے پاگل ہو گئی۔ میں نے کہا ”فوراً واپس پٹ جاؤ اور اب اسی وقت اپنا یہ چہرہ مجھے دکھانا جب میری شرط پوری کرو گے۔“

میں پھر دونوں بچوں کو گھسیٹ کر اندر ماں کے پاس لے گئی اور مبین سے کہا ”فوراً یہاں سے نکل جاؤ۔“

دو بچے لگے ”میں مجبور ہوں، ماں کی قسم عدولی نہیں کر سکتا۔ لیکن بچوں کے بغیر بھی میرا دم گھٹتا ہے۔“

میں نے کہا ”تم جھوٹ بولتے ہو۔ اگر تمہیں بچوں سے پیار ہوتا، تو اب تک گھر لے چکے ہوتے۔ جاؤ جا کر گھر تلاش کرو پھر مجھے اور بچوں کو لے جانا۔“ یہ کہہ کر میں اندر کمرے میں بچوں کے پاس چلی گئی اور دروازہ بند کر لیا۔ بچے باپ سے ملنے کی ضد کرتے ہوئے سک رہے تھے لیکن میں نے انہیں باہر

نہیں جانے دیا۔

صبر اور تحمل سے گزار لیتی تو آج مجبوری اور بے کسی کی زندگی گزارنے کے بجائے ایک پرسائش اور آرام دہ زندگی گزار رہی ہوتی۔

خدمت کا صلہ

اس ہفتے سردی کچھ زیادہ ہی بڑھ رہی تھی۔ ایک سرد رات میں بینک کے ایک پیشہ ورانہ امتحان کی تیاری میں مصروف تھا۔ اس کے کل پانچ پرچوں میں سے چار پرچے خوش اسلوبی سے دے چکا تھا۔ آخری پرچہ مجھے کافی مشکل لگ رہا تھا۔ اگلے روز صبح نو بجے امتحان تھا۔

میں تھک چکا تھا لہذا پڑھائی ختم کر کے سونے کا ارادہ کرنے لگا کہ سامنے کے کمرے سے میرے ضعیف حافظہ قرآن والد نمودار ہوئے اور پوچھا ”بیٹا اتنی رات گئے کیا پڑھ رہے ہو....؟“

میں نے انہیں امتحان کی تیاری کے بارے میں بتایا تو کہنے لگے ”بس کرو بھی! ہر وقت پڑھتے ہی رہتے ہو، کچھ آرام بھی کر لیا کرو۔ اپنی صحت کا خیال کرنا چاہیے۔“

میں نے کہا ”اچھا بابا! میں سونے ہی لگا ہوں۔ آپ بھی جا کر سو جائیں۔“
وہ کہنے لگے ”بیٹے ایک کام کرو تو کیا ہی اچھا ہو۔“
میں نے پوچھا ”ابا جی وہ کیا....؟“
”بھئی ایک پیالہ چائے بنا کر دے دو۔“

وہ چائے کے بہت شوقین تھے لیکن زیادہ چائے پینے سے انہیں پیشاب کا عارضہ لاحق ہو جاتا تھا اس لیے ہم انہیں کسی نہ کسی بہانے پر خادیتے مثلاً آج دودھ والا نہیں آیا یا چائے کی پتی ختم ہو گئی ہے وغیرہ۔ اس دن بھی میں اسی قسم کا بہانہ کرنے لگا کہ

ادھر مبین کو نبھانے کیا سوچھی، اس نے موٹر سائیکل کی ٹنکی میں سے کچھ پٹرول نکالا، اپنے بائیں بازو پر چھڑکا اور ماچس کی تیلی سے آگ لگا دی۔ یکدم مبین کی کمر بنک چھین سنائی دیں۔ میں نے پک کر دروازہ کھولا، بڑا ہی دلہوز منظر سامنے تھا۔ مبین بری طرح آگ کے شعلوں کی لپیٹ میں آچکے تھے اور تڑپ رہے تھے۔ لمحوں میں پورا گاؤں اکٹھا ہو گیا۔ چودھری صاحب کے پاس گاڑی تھی، انہوں نے مبین کو اس میں ڈالا اور سول اسپتال پہنچا دیا۔ میں بھی ساتھ گئی۔ اس وقت مجھے اپنی غلطی کا شدت سے احساس ہوا۔ میں رورو کر مبین کے معافیاں اور اللہ سے اس کی زندگی کی دعائیں مانگتی رہی۔ مبین تین دن تک موت و حیات کی کشمکش میں مبتلا رہ کر اللہ کو ہارے ہو گئے۔

اس طرح اپنی ضد، ہٹ دھرمی اور نادانی کے باعث میری زندگی اجڑ گئی۔ اب میری ساس اور نند میرے چھوٹے دھوڑ کے ساتھ رہتی ہیں۔ میں نے ایک مرحبہ کوشش کی کہ ان کے ساتھ جا کر رہوں تاکہ میرے بچوں کو شہر کا اچھا ماحول مل سکے لیکن میری ساس اور نند نے مجھے مصلحتوں اور جھڑیل کے خطابات دیے اور بچوں سمیت دھکے دے کر نکال دیا۔

میں اکثر ان پانچ برسوں کو یاد کرتی ہوں جو میں نے مبین کی معیت میں گزارے۔ کاش میں اچھی بہو بن کر رہتی! کاش میری ماں مجھے مبین اور میری ساس کے خلاف نہ بھڑکاتی!
کاش میں مبین کی مجبوری سمجھ لیتی اور کچھ وقت

چونکہ تازہ تازہ ازبر کیا ہوا تھا لہذا چند منٹوں میں حل کر ڈالا۔

حسن اتفاق سے ایک اور سوال ایسا آگیا جسے میں تھوڑی سی توجہ سے سو فیصد تک صحیح حل کر سکتا تھا ایک جگہ ایک گیا۔ آخر دل ہی دل میں اللہ تعالیٰ سے رجوع کیا یا اللہ مدد فرمائیے۔ فوراً التجا قبول ہوئی اور وہ نکتہ یاد آگیا جس کی وجہ سے میں الٹا ہوا تھا۔ اب مجھے خاصا حوصلہ ہو گیا اور یوں پرچہ دے کر کمرہ امتحان سے باہر آیا۔ ایک سوال کے جواب پر کچھ غیر مطمئن تھا۔

میرا نتیجہ نکلا تو اللہ تعالیٰ کی عنایت سے میں کامیاب ہو گیا اور مجھے مدد پرچہ خوشی ہوئی۔

اس امتحان میں میری کامیابی کے دور رس اور خوشگوار نتائج مرتب ہوئے۔ ننوا میں پیشگی ترقیاں ملیں اور میں امتحان کے دوسرے حصے میں بیٹھنے کا اہل ہو گیا۔ مسلسل محنت اور جدوجہد کے باعث اللہ تعالیٰ نے اس امتحان میں بھی کامیابی سے ہمکنار کیا۔ ٹکڑے کی حیثیت سے میں بی اے اور ایم اے کر چکا تھا لہذا تمام تعلیمی اور پیشہ ورانہ امتحانات میں کامیابی کے نتیجے میں اپنے کئی ساتھیوں سے بہت آگے نکل گیا اور درجہ بدرجہ ترقی کرتا ہوا بینک کے ایک اعلیٰ عہدے تک فائز ہوا۔ یہ امر قابل ذکر ہے کہ جو تئیر ٹکڑے سے بینک کے اعلیٰ عہدے تک پہنچ جانے کی مثالیں ہمارے ملک میں بہت کم ہیں۔

ایک روز دوپہر کو میں اپنی نشست پر بیٹھا خیالوں میں غم ہو گیا اور دل ہی دل میں اللہ پاک کی مہربانیوں اور عنایات پر شکر ادا کرنے لگا۔ یہ بھی سوچا کہ میرا کوئی اثر و رسوخ نہیں، کوئی بڑی نیکی بھی نہیں

معاذی سے یہ خیال ذہن میں آیا کہ دیکھیں رات کے پچھلے پہر باپ کی خدمت کا صلہ اللہ تعالیٰ کیا دیتے ہیں....؟ چنانچہ میں نے والد صاحب سے کہا کہ آپ اپنے کمرے میں جا لیے، میں چائے بنا کر ابھی لاتا ہوں۔

وہ اپنے کمرے میں چلے گئے۔ میں نے کچن جا کر چوبیس پر چائے کا پانی رکھا اور واپس آکر اس خیال سے نصاب کی اپنی کتاب کھولی کہ جو پہلا سوال نظر آیا، وہ ضرور امتحان میں آئے گا۔ دائیں صفحے پر ایک سوال نظر آیا جو عام قسم کا تھا۔ انجانے احساس کے تحت میں نے اسی سوال کو تین مرتبہ توجہ سے پڑھا۔ دریں اثنا پانی پکنے کی آواز آنے لگی، میں اٹھا اور چائے تیار کر کے والد صاحب کے سامنے رکھ دی پھر واپس آکر اسی سوال کو مزید تین مرتبہ غور سے پڑھا۔ اس دوران والد صاحب کی چائے پینے کی آواز سکوت توڑتی رہی۔ انہوں نے پھر آواز دی، میں برتن اٹھا کر پکڑ جانے لگا تو انہوں نے دعا دی ”اللہ تمہیں کامیابی اور ترقی دے۔“

صبح فجر کی نماز پڑھ کر تین مرتبہ میں نے اسی سوال کو پھر پڑھا کیونکہ توئی امید تھی کہ یہ سوال ضرور پرچے میں آئے گا۔

میں وقت مقررہ پر اسٹیٹ بینک پہنچا اور تقریباً ساڑھے آٹھ بجے پرچہ تقسیم ہوا۔ دھڑکتے دل سے اسے پڑھنا شروع کیا۔ جب آخری سوال پڑھا تو میری حیرت اور خوشی کی انتہائی نہ رہی، یہ وہی سوال تھا جسے میں نے نو مرتبہ اس امید پر پڑھا تھا کہ یہ ضرور آئے گا۔ میں نے دل ہی دل میں اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا اور سوال حل کرنے میں مصروف ہو گیا۔

محمد اسحاق

نو آموز لکھنے والے متوجہ ہوں



اگر آپ کو
مضمون نگاری یا کہانی نویسی

کا شوق ہے اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے قلم اٹھائیے یہ خیال رہے کہ موضوع اور تحریری حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ صحیح راہ تحریروں کے علاوہ تراجم بھی ارسال کر سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی فوٹو اسٹیٹ کاپی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں کیونکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات کو تحریر کی زبان دیجئے۔ تحریر کی اصلاح اور نوک پلک سنوارنا ادارہ کی ذمہ داری ہے۔



شعبہ مضامین
روحانی ڈائجسٹ،
1-D, 1/7 ناظم آباد۔ کراچی

فون: 36685468-36606349

roohanidigest@yahoo.com
facebook.com/roohanidigest
www.roohanidigest.net

کی پھر میری یہ عزت افزائی کیوں ہوئی.....؟
میں یہی سوچتے سوچتے نیم خوابیدگی کے عالم میں پہنچ گیا۔ کیا دیکھتا ہوں کہ بند یوں سے ہوا میں تیرتا ہوا چائے کا ایک سبز رنگ پیالہ نیچے اترتا اور میری میز پر آکر ٹک گیا، ساتھ ہی ایک ہلکی سی سرگوشی ابھری

”یہ وہی چائے کا پیالہ ہے جو تم نے ستائیس سال قبل رات کے چھپکے پہر اس وقت اپنے والد کے لیے تیار کیا جب تم نے ان کی خدمت کو اپنی نیند اور تھکن پر ترجیح دی۔“

میں فوراً ہڑبڑا کر اٹھ بیٹھا، اللہ تعالیٰ نے میرے سوال کا جواب بڑے واضح طور پر دے دیا تھا۔ میں فوراً کھڑا ہوا قریب کی مسجد میں جا کر وضو کیا اور دو نفل شکرانے کے ادا کیے۔ نماز کے دوران میں نے کئی نیم گرم آنسو بھی بارگاہ خداوندی میں پیش کیے پھر رقت قلب سے دعا کے لیے ہاتھ پھیلا دیے۔
”اے رحیم و کریم مجھے نئی ذمہ داریوں سے بطریق احسن عہدہ برآ ہونے کی توفیق عطا فرما۔“ خداوند قدوس نے میری یہ دعا بھی قبول فرمائی۔ مجھے اچھے ساتھی ملے اور ان کے تعاون سے ہر مرحلہ آسان ہو گیا۔

یہ دیکھئے کہ اپنے والد گرامی کی چھوٹی سی خدمت کے عوض میری زندگی سنور گئی، میں ہر دنیاوی نعمت سے مالا مال ہوا اور مجھے یقین ہے کہ آخرت میں بھی سرخرو ہوں گا۔ اگر ہم دل و جان سے اپنے ضعیف والدین کی دیکھ بھال کریں تو یقیناً اللہ پاک دنیا اور آخرت میں ہمیں اپنی تمام نعمتوں اور برکات سے نوازے گا۔





دوران ملازمت

مسائل کو فہم و فراست سے دور کریں

آج کل اکثر نوجوان ہاتھوں میں ڈگریاں تھامے ملازمت کے حصول کے لیے سرگرد و کھائی دیتے ہیں۔ اگر قسمت نے یادری کی تو ملازمت کا حصول آسان ہو جاتا ہے۔ ملازمت کا حصول ہی سب کچھ نہیں ہوتا بلکہ اصل آزمائش ملازمت کو اچھی طرح برقرار رکھنا ہے۔

میں تو غیر ضروری خصوصیات پنے پاس کے بارے میں کسی بھی قسم کے دیکھ کس پاس کرنا آپ کے لیے خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ پاس کے انداز، ملازمت اور معاونین کو حاصل سہولتوں پر اپنی رائے اظہار کبھی کھلم کھلا نہ کریں۔ کیونکہ آپ کے یہ دیکھ کس آپ کے خلاف بھی استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ ماحول کو حقیقی انداز سمجھنے کی کوشش کرتے ہوئے تمام تر توجہ اور وسائل مقاصد کے

ہم میں سے ہر کسی کو کامیابی کی تمنا رہتی ہے کون ایسا شخص ہو گا جو کامیاب کہلانے چاہتا ہو لیکن کامیابی پانے کے بھی کچھ گرہ ہوتے ہیں۔ آپ خواہ زندگی کے کسی شعبے سے بھی تعلق رکھتے ہیں۔ ماہرین کے یہ مشورے آپ کے لیے مفید ثابت ہو سکتے ہیں۔

رعب مت جھاڑیے

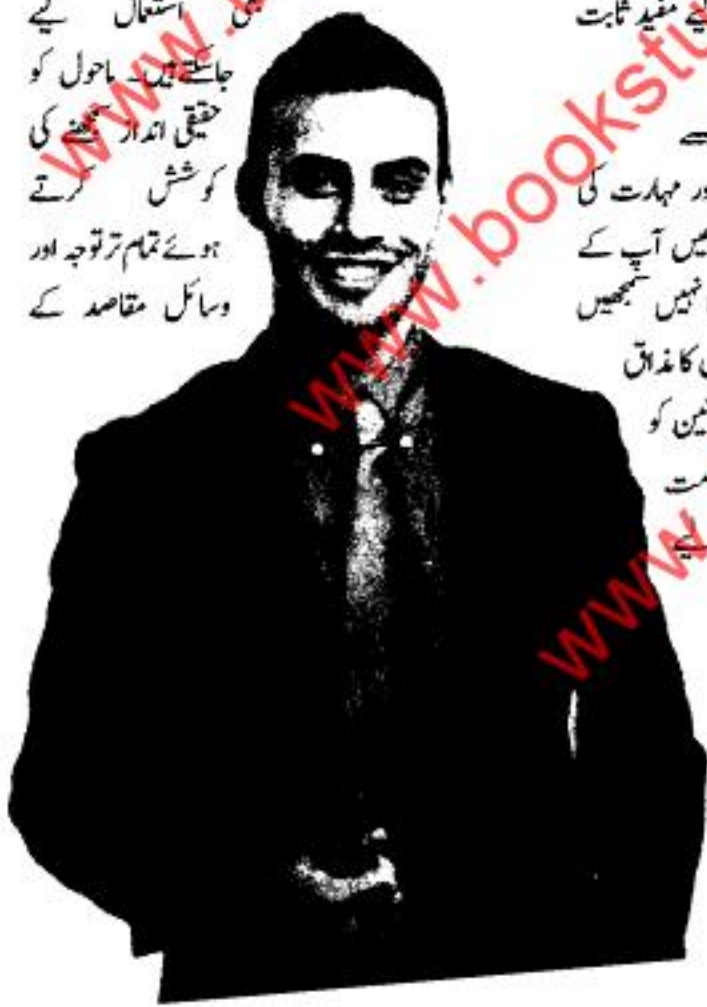
نئی جگہ پر اپنے تجربے، تعلیم اور مہارت کی دھماک بٹھانے سے گریز کریں، یاد رکھیں آپ کے معاون اور ساتھی کارکن ایسی باتوں کو اچھا نہیں سمجھیں گے۔ آپ کی عدم موجودگی میں ان باتوں کا مذاق اڑائیں گے۔ ساتھی کارکنوں اور معاونین کو بہت زیادہ اہمیت دینے کا رویہ بھی مت اپنائیے ایسا کرنے سے بھی آپ کے لیے مشکلات ہو سکتی ہیں۔

غیر ضروری گفتگو

سے پرہیز کیجیے

جب آپ نئی جاب کا چارج سنبھا

2015ء



حصول میں صرف کیجیے۔

شعبے میں جنسٹ پر توجہ مرکوز رکھیں۔ بطور کارکن چھوٹی چھوٹی باتوں پر وقت ضائع کرنے کے بجائے بطور منتظم تمام بڑے معاملات کو ہاتھ میں لے لیں کیونکہ ٹیکنیکل امور جاننے کے لیے الگ اسٹاف رکھا جاتا ہے۔

عزت نفس مجروح کیے بغیر باس کو خوش رکھیں

کسی کا ماتحت ہونا آسان نہیں ہے۔ ایک اچھے ماتحت کو اپنی عزت نفس کو مجروح کیے بغیر اپنے باس کو خوش رکھنا چاہیے۔ باس کی باتوں سے اتفاق کرنا پڑتا ہے لیکن اگر اختلاف ہو تو ایسے انداز میں ظاہر کیجیے کہ اس کی طبیعت پر یہ بات ناگوار نہ گزرے۔ یہ سب کچھ بہت مشکل ہے اگر باس تک چڑھا ہو تو معاملہ اور بھی پیچیدہ اور تکلیف دہ ہو جاتا ہے لہٰذا ہی باتیں اس باس کے لیے بھی کہی جاسکتی ہیں جو وقت کا پابند ہو اور ہر کام اپنی مرضی کے مطابق وقت پر چاہتا ہو۔

مندرجہ ذیل اصول اپنا کر آپ بھی اپنے باس کو خوش اور مطمئن کر سکتے ہیں اور اپنے اور باس کے تعلقات کو خوش گوار بنا سکتے ہیں۔

اپنے باس کو جانیں

ایک بہتر تعلق اور ہم آہنگی کے لیے ضروری ہے کہ آپ کو اپنے باس کے بارے میں زیادہ سے زیادہ معلومات ہوں۔ اس کی شخصیت کے مثبت اور منفی پہلوؤں سے آگاہی حاصل کیجیے۔ یہ اگرچہ آسان کام نہیں ہے مگر اتنا مشکل بھی نہیں ہے، آپ یہ دیکھیں کہ وہ آپ سے کیا توقعات رکھتے ہیں کسی مسئلہ کو کس طرح حل کرنا پسند کرتے ہیں اور ان کے کام کرنے کا طریقہ کار کیا ہے۔ اس کا مشاہدہ کریں اور خود کو اس کے مطابق ڈھالیں۔ اس سے نہ صرف تعلقات میں بہتری ہوگی

ذہن صاف رکھیے

مسائل اور متضاد حالات سے بچنے کے لیے ضروری ہے کہ آپ بات گھمانے پھرانے کی بجائے براہ راست موضوع پر گفتگو کریں، تاکہ آپ کے معاونین اور ساتھی کارکنوں کو یہ سمجھ آجائے کہ آپ ان سے کس نتیجے کی امید کر رہے ہیں۔ جائزہ لیں کہ وہ اپنا کام صحیح طریقے سے کر رہے ہیں یا نہیں، ڈیوٹی کے سلسلے میں معاونین کو کسی قسم کی کنفیوژن میں مبتلا کرنے سے ہمیشہ احتراز کریں۔ نئی جگہ پر آپ چونکہ بہت کم لوگوں سے واقفیت رکھتے ہیں چنانچہ کسی بھی قسم کی غیر ضروری سفارش یا حمایت پر توجہ نہ دیجیے۔

خود کو عمدہ مثال بنائیے

اگر آپ خود کو ایک اچھے لیڈر کے طور پر منوانا چاہتے ہیں تو خود کو ایک عمدہ مثال بنائیے۔ وقت کی پابندی کیجیے۔ اصولوں اور پاسداری پر سختی سے عمل کیجیے۔ آپ جو کچھ اوروں سے چاہتے ہیں اس پر خود ضرور عمل کیجیے۔

کبھی کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ کسی منصوبے پر عمل کرنے کے لیے آپ کی اپنی رائے ہوتی ہے مگر باس کے کہنے پر کچھ اور باتوں پر عمل کرنا پڑتا ہے۔ ایسے میں آپ کسی پر بھی اپنی ناپسندیدگی کو ظاہر کرنے کی کوشش کیے بغیر اس کام کو چیلنج سمجھتے ہوئے پورا کریں۔

خود کو مضبوط بنائیے

کام شروع کرنے سے پہلے آفس کے حالات، جاب کی نوعیت اور دیگر مسائل کو زیادہ سے زیادہ جاننے کی کوشش کیجیے۔ سست رفتاری کے ساتھ موٹی موٹی باتوں کو جاننے کی کوشش کرنا ضروری ہے ساتھ ہی اپنے

کریں۔ یاد رکھیے کہ انکساری سے آپ کی عزت نفس
مجرع نہیں ہوتی ہے بلکہ اس سے فائدہ ہوتا ہے۔

لگائی بجھائی نہ کریں

اپنے باس کے سامنے دوسرے اسٹاف کی خامیوں
کا تذکرہ نہ کریں۔ اکثر باس اپنے اسٹاف سے مکمل طور پر
آگاہ ہوتے ہیں اور یہ جاننے ہیں کہ کون کیا کر رہا ہے اور
کون ایسا ہے جو مفت کی کھارہا ہے۔ جب تک باس آپ
کی رائے خود نہ پوچھے کبھی اپنی رائے کا اظہار نہ کریں اور
جب کریں تو امانداری کے ساتھ۔

سچ بولیے

اگر آپ سے غلطی ہو جائے تو غلط بیانی سے کام
لینے کے بجائے باس سے سچ بات کہہ دیں۔ اپنی غلطی کا
احساس کریں۔ جس قدر شائستہ انداز میں اپنی کوتاہی کا
اعتراف کر سکتے ہیں کیجیے۔

آپ کی غلطی سے جو مسائل پیدا ہوں گے ان کو
نہیں کرنے کے لیے تیار رہیے اور ذمہ داری قبول کیجیے۔
اپنے کپے کا التزام کسی اور پر دھرنے کی کوشش نہ کریں
اگرچہ باس ابتداء میں آپ پر برہم ہو گا مگر بعد میں آپ
کی سچائی کی تعریف کرے گا اور آپ کی عزت اس کے
دل میں بڑھ جائے گی۔

بلکہ کوئی اختلافی مسئلہ درپیش ہو تو اس کے منفی اثرات
بھی مرتب نہیں ہوں گے۔

اپنا کام نفاست سے کیجیے

ایک ماتحت ہونے کی حیثیت سے آپ کا یہ کام ہے
کہ آپ سلیقہ اور نفاست سے متعلقہ کام کو نمٹائیں۔ کام
میں کوتاہی نہ کریں اور آج کا کام کل پر ہرگز نہ ڈالیں۔

پرجوش بنیے

اپنے کام میں دلچسپی ظاہر کیجیے اور یہ بھی ظاہر کیجیے
کہ باس کے ساتھ کام کر کے آپ بہت خوش ہیں۔ باس
اگرچہ بڑا ہوتا ہے قابل ہوتا ہے مگر ضروری نہیں کہ
اس کا ہر آئینہ یاد رہے۔ اس لیے ہاں میں ہاں ملانے
کے بجائے شائستہ انداز میں غلطی کی نشان دہی کیجیے۔
اگر کسی بات کے بارے میں آپ کچھ محسوس کرتے ہیں
تو اپنے باس کے علم میں لائیے۔ ایسا کرتے وقت
پوچھا میں نون سے کام لیں۔ خود کو پرجوش ثابت کیجیے۔
باس آپ سے جو توقعات رکھتا ہے اس پر پورا اترنے کی
کوشش کریں۔

منکسر المزاج بنیے

محاسبہ کرتے رہیں اور باس کے تعریفی کلمات کو
اپنے حواس پر حاوی نہ آنے دیں۔ کسی کام سے خوش ہو
کر اگر باس شاباشی دے تو انکساری کے ساتھ قبول



ماں کا دودھ پینے والے بچے

دوسروں سے زیادہ ذہین ہوتے ہیں۔

طبی ماہرین نے کہا ہے کہ ماں کا دودھ پینے والے بچے دیگر بچوں
کے مقابلے میں زیادہ ذہین ہوتے ہیں، ماں کے دودھ میں موجود
”فیٹی ایسڈز“ ذہن کی نشوونما کے لیے کلیدی کردار ادا کرتے ہیں
اور یہ ممکنہ طور پر بچوں کی ذہانت کی وجہ ہے۔

بچے کی صحت اس کا اطمینان

AZEEMI

GROWEL



عظمیٰ کا **گرویل** شیر خوار اور بچوں کی پیٹ کی تکالیف مثلاً گیس، پیٹ کا درد، دست اور قے میں آرام پہنچاتا ہے۔ بچے کے نظام ہضم کو بہتر کرتا ہے اور دانت نکلنے کے دنوں میں تکلیف میں آرام پہنچاتا ہے۔

عظمیٰ دوا خانے میں بر سہا بر س سے بچوں کے لیے تجویز کیا جانے والا ایک آزمودہ نسخہ اب دیدہ زیب پیکنگ میں بھی دستیاب ہے۔

AZEEMI LABORATORIES

Ph:021-36604127

دواخانہ کا نمبر

110

بچے خوف زدہ کیوں ہوتے ہیں...؟

یہ رویہ بچے کو کسی بھی وقت بہت زیادہ خوف زدہ کر سکتا ہے۔ والدین کا رویہ ممد روانہ اور شفقت بھرا ہونا چاہیے لیکن بچے کو ڈانٹ ڈپٹ کر رکھنا بھی ضروری ہے ورنہ وہ خود ہی میں مبتلا بھی ہو سکتا ہے۔

تھوڑا بہت خوف بچے کے دل میں بہت ضروری

بچپن کے دور میں بچے کے ذہن پر کسی بات کا خوف مسلط ہو جائے تو پھر عموماً اس کی ساری زندگی اس خوف میں ہی بسر ہوتی ہے۔ خوف کے ماحول میں پلے ہوئے بچے زندگی کے ہر موڑ پر ڈرا ڈرا سی بات پر خوف زدہ ہو جاتے ہیں۔ بچوں کی تربیت میں یہ نکتہ پیش نظر

رکھنا بہت ضروری ہے کہ خوف زدہ بچے بڑے ہو کر کئی قسم کے نفسیاتی مسائل اور خود اعتمادی کی کمی میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ بچوں کو مناسب آڑاوی اور دیکھا ماحول فراہم کرنا والدین کا اولین فرض ہے۔ بچوں کو بعض قسم کے اختیارات بھی دینے



ہے تاکہ وہ بے راہ روی اور غلط قسم کی حرکتوں کا مرتکب نہ ہو سکے۔ لیکن آپ کی تربیت کا انداز کچھ اس طرح کا ہو کہ بچہ خوش، بے باک اور الجھنوں سے پاک زندگی بسر کر سکے۔ بچے کسی خوف میں مبتلا ہو تو اس کا علاج کچھ مشکل نہیں ہے بچے کو کھیل کا سامان اور موزوں ساتھی تلاش کرنے میں مدد دیجیے اس کے جائز تقاضوں کا احترام کیجیے۔ آرام دہ ماحول اور پرسرت فضاء میں پلنے والے بچوں کو ڈرا ڈانے خواب کم دکھائی دیتے ہیں وہ زندگی میں بات بات پر لوگوں سے خوف زدہ نہیں

تاکہ وہ انہیں استعمال کر کے اپنے اندر خود اعتمادی پیدا کر سکیں۔ صحت مند تربیت سے بچوں میں ڈرا ڈانے خواب دیکھنے کا امکان بھی بہت کم ہو جاتا ہے اور بچے بستر میں پیشاب بھی نہیں کرتے۔ بعض بچے غلط بنا بہت زیادہ حساس یا ڈرپوک ہوتے ہیں۔ ذرا سی بات یا غلطی پر ان کے ذہن خوف سے بوجھل ہو جاتے ہیں اور طرح طرح کے واہم اور خدشے ان کے دل میں پیدا ہونے لگتے ہیں۔ بچوں سے اکثر اوقات پیسے کھو جاتے ہیں یا کوئی چیز نوٹ جاتی ہے تو ماں باپ بہت زیادہ مار پیٹ کرتے ہیں۔

ہوتے نہ ہی والدین کے خوف سے گھروں سے بھاگتے ہیں گھروں سے بھاگنے والے بچے اکثر خوف اور تشدد کے تحت ایسا کرتے ہیں یوں ذرا سا خوف ان کی ساری زندگی کو تباہ کر دیتا ہے اور اسے معاشرے میں بھی عزت کی نظر سے نہیں دیکھا جاتا۔ بسا اوقات بچے کو یہ محسوس ہونے لگتا ہے کہ وہ گھر اور مدر سے کے ماحول میں بندھا ہوا ہے۔

جب یہ صورتحال پیدا ہو جائے تو محرومیت اور خوف کا احساس اس کے ذہن کو خوف میں مبتلا رکھتا ہے اور مایوسی بھر ماحول اس کی شخصیت کی مناسب نشو و نما کو بہت متاثر کرتا ہے بے جا پابندیوں کے باعث انہیں ان کے مزاج کے مطابق انتہائی میسر نہیں آتی کہ وہ آزادی سے کھیل سکیں۔ قدم قدم پر ان کو یہ دھڑکا لگا رہتا ہے کہ اگر یہ کھیل کھیلا تو بڑیاں کھائی پڑیں گی۔ لہذا وہ آزادی کا خواہشمند ہوتا ہے۔ کچھ بچے مسلسل خوف اور بزرگوں کے تکلیف دہ رویے کی وجہ سے ذہنی امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ مثلاً بعض بچوں کو نیند میں بڑبڑانے کا مرض لاحق ہو جاتا ہے۔ یا پھر وہ ڈراؤنے خواب دیکھنے لگتے ہیں۔ کچھ بچوں کا پیشاب بستر پر خطا ہو جاتا ہے۔ لہذا بچوں کو اس تشویشناک صورتحال سے بچانے کے لیے والدین کو چاہیے کہ وہ محبت شفقت کا دامن ہاتھ سے نہ جانے دیں اور نہ ہی اس قسم کا رویہ اختیار کریں جس سے بچے خوف زدہ رہے۔ والدین کے جھگڑے بھی بچوں میں خوف پیدا کرتے ہیں کیونکہ ہر وقت ماریٹ، چیخ و پکار، بچے کو ذہنی طور پر مفلوج کر دیتی ہے۔ ایسے بچے کی کئی صلاحیتیں پروان نہیں چڑھ پاتیں۔ گھر میں لڑائی جھگڑے کے ماحول میں پٹنے والے بعض بچوں کے ذہن میں دوسروں پر عدم اعتماد،

نفرت یا بد لہ لینے کے جذبات پروان چڑھتے ہیں۔ جب کبھی بھی اس کو موقع ملے گا وہ اپنی نفرت کا اظہار خواہ وہ باپ کے رویے سے ہو یا ماں کے، منفی طریقہ اختیار کر کے کرے گا۔ والدین کو چاہیے جھگڑے کا اظہار یا توڑ پھوڑ، برتنوں کا پھینکنا بچوں کے سامنے بالکل نہ کریں۔ اس طرح خوف بچے کے ذہن پر بری طرح مسلط ہو جاتا ہے اور وہ ذہنی مریض بھی بن سکتا ہے۔

خوف زدہ بچہ ذہنی امراض میں مبتلا بھی ہو سکتا ہے ناخواندگی کے باعث مائیں بچوں کو باپ کی سخت بات یا جن بھوت کی باتیں کر کے خوف زدہ کرتی رہتی ہیں۔ ابتدائی پانچ سالوں میں بچے کو خوف و ہراس کے ماحول سے دور رکھیں۔

چھوٹی عمر میں بچے عام طور پر خوف زدہ ہو جاتے ہیں۔ ایک طبی ماہر کا کہنا ہے کہ تین برس کی عمر تک بچے کی جذباتی زندگی کی بنیادیں تقریباً مکمل طور پر مضبوط ہو جاتی ہیں۔ یعنی اس عمر میں والدین جس انداز میں چاہیں، بچے کو ڈھال لیں۔ یعنی یہ وہ عمر ہے کہ اگر والدین چاہیں تو بچے کو متوازن شخصیت والے نذر بالغ کی صورت پروان چڑھالیں، یا ایک ایسا غصیلہ دہی اور بزدل نوجوان بنالیں جس کی تمام زندگی طرح طرح کے خوف اور ڈر سے سمی گزری ہے۔

عالمی ادارہ صحت کے زیر اہتمام بچوں کی نفسیات پر ایک تحقیق کی گئی اس کا خلاصہ کچھ یوں ہے کہ خیال انگیز زندگی میں کھلبلی بچانے والے واقعات بچوں کو بچپن میں بے پناہ نقصان پہنچاتے ہیں اور ان کی آئندہ بالغ زندگی میں بھی مسرت، مطابقت، توازن اور کامیابی کے امکانات کو کم کر دیتے ہیں۔

بچوں کو بے جا خوف سے نجات دلانا ابتدائی تربیت کا اہم پہلو ہے۔

والدین کے غلط رویوں کے باعث یہ خوف بچے کے دل میں گھر کر لیتے ہیں۔ جیسا کہ عموماً گھروں میں والدین بچے کو منع کرنے کی غرض سے کہہ دیتے ہیں کہ خبردار ایسا کیا تو ڈانچ پڑے گی۔ بابا پڑ کر لے جائے گا۔ ایسے طریقوں سے بچے کے ذہن میں ڈر خوف بڑا ہو جاتا ہے۔ آپ نے دیکھا ہو گا کہ بعض اوقات بچے کھیلتے کھیلتے کسی ایسی چیز کو پکڑ لیتے ہیں جس کے ٹوٹنے کا اندیشہ ہوتا ہے تو کچھ گھروں میں ایک دم چیخ مار کر بچے کو روکنے کی کوشش کی جاتی ہے اور خوفناک چیخ کے باعث وہ چیز خود بخود گر کر ٹوٹ جاتی ہے۔ جس سے بچے مزید خوفزدہ ہو جاتا ہے ماں یہ کام پیار اور آہستہ لہجے میں ہی کر سکتی ہے، تاکہ بچے ٹوٹنے والی چیز کو دوبارہ نہ چھوئے۔ اکثر مائیں بچے کو کسی عام سی بات پر ناراض ہو کر اسے بری طرح مارتی ہیں۔ اس طرح بچے کو جسمانی تکلیف ہوتی ہے اور بچے اس قسم کی تکلیفوں سے بہت گھبراتے ہیں۔ ماں کو یہ سوچ کر سکون تو میسر آ جاتا ہے کہ بچے اس پٹائی سے خوف کھانے لگا ہے، مگر اس کو شاید یہ معلوم نہیں ہوتا کہ اس طرح اس کی جذباتی زندگی بگڑ کر رہ جاتی ہے۔ بچوں کی ذہنی زندگی کا جو یہ لیا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ ان کے بیشتر خوف اسی طرح کی ننھی ننھی باتوں سے پیدا ہوتے ہیں۔

گھر کے دیگر افراد اور نوکروں کو یہ ہدایت کرنی چاہیے کہ وہ بچے کو جن، بھوت، چڑیل وغیرہ کی بابت نہ تو دھمکیاں دیں، نہ ہی کچھ بتائیں۔ اس سے ان میں خوف کے علاوہ تو ہمانہ ذہنیت کی بنیاد پڑ جانے کا خدشہ

ہوتا ہے۔ اکثر خوف کے باعث کئی ذہنی بیماریاں بھی جنم لیتی ہیں۔ بچپن کے خوف بالغ زندگی میں دیوانگی کی صورت میں بھی نمودار ہوتے ہیں۔ بچوں کو کسی حد تک تسبیہ ضرور ڈرائیے، کیونکہ یہ بہت ضروری ہے کہ بعض ایسے خوف ہیں جن کا بچوں میں موجود ہونا لازمی ہے۔ مثلاً نقصان دینے والے مشاغل اور ضرور رساں اشیاء پر بے سوچے سمجھے ہاتھ ڈال دینے کے خوف مفید ہوتے ہیں۔ بجلی کے تاروں، ریڈیو، ٹی وی کے سوئچ وغیرہ کو چھونا۔ زہریلے جانور کی غلاظت سے دور رہنا ضروری ہے۔ ان تمام باتوں کو آسان فہم زبان میں بچوں کو سمجھایا جائے کہ ان کو چھونا نہیں چاہیے۔ اسی قسم کی تربیت سے بچوں میں صحیح حالت سمجھنے کی فراست پیدا ہو جاتی ہے اور وہ فوراً بھانپ لیتے ہیں کہ کس خطرے سے دور رہنا ہی بہتر ہے۔

خوف کی مناسب روک تھام علاج سے بدرجہا بہتر ہے۔ بچوں میں ڈر اور خوف کا پیدا ہونا اسی حد تک درست ہے جہاں معاشرتی برائیوں کے پیدا ہونے کا امکان ہو تاکہ بچے معاشرتی برائیوں کی لپیٹ میں بے خوفی کے سبب نہ آجائے۔ بیجا خوف آدمی کو بزدل اور کم ہمت بناتا ہے۔



عظیہ

کے اعتماد کے ساتھ

موٹاپے سے نجات

مہزلیں

ہربل ٹیبلٹ



بڑھا ہوا پیٹ گھٹانے وزن کم کرنے کے لئے
قدرتی اجزاء سے تیار کردہ عظیہ کی ہربل ٹیبلٹ مہزلیں

عظیہ کی تیار کردہ ہربل پروڈکٹس قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں۔

کراچی: فون 021-36604127۔

تھوڑی سی سمجھداری سے

اثرات نو بیابتا جوڑے پر پڑتے ہیں۔ شادی، مرد اور عورت کی نئی زندگی کا آغاز ہوتی ہے۔ ایسے میں وہ ایک دوسرے کو سمجھنے کے لیے زیادہ سے زیادہ وقت

ساس بہو کا رشتہ مثالی ہو سکتا ہے

ایک دوسرے کے ساتھ گزارنا چاہتے ہیں۔ لڑکی اپنا گھر چھوڑ کر دوسرے گھر آتی ہے تو وہ بھی مرد کی توجہ کی خواہش مند ہوتی ہے تاکہ وہ نئے ماحول کے مطابق خود کو ڈھال سکے۔ ایسے میں جب مرد کی توجہ بیوی کی طرف مرکوز ہوتی ہے تو بعض مائیں توجہ کا یہ بٹوارہ برسرِ رشتہ نہیں کر پاتیں۔ وہ نفسیاتی طور پر نظر انداز ہونے کا ذمہ دار بہو کو گردانتی ہے جبکہ بعض اوقات اس کے برعکس بھی ہوتا ہے۔ لڑکی بیوا کے بعد نئے ماحول میں قدم رکھتی ہیں۔ انجینی ماحول اور ساس کی گھر پر حکمرانی اس لڑکی کو بھی نفسیاتی طور پر متاثر کرتے ہیں اور بعض بہوئیں ساس سے نامعلوم دشمنی محسوس کرنے لگتی ہیں۔

خاص بات یہ کہ جب ایک لڑکی ایک گھرانے میں داخل ہوتی ہے تو اس گھرانے کی عائلی زندگی میں تبدیلی

ساس بہو کی پہچانش پرانی ہے۔ کہا جاتا ہے کہ جب میں بہو بنی تو مجھے ساس اچھی نہ ملی اور جب میں ساس بنی تو مجھے بہو اچھی نہ ملی۔ اس بات کا فیصلہ کرنا بہت مشکل ہے کہ کون صحیح ہے اور کون غلط۔ ہر کوئی خود کو حق بجانب قرار دیتا ہے۔ کبھی کبھی تو زبانی کشمکش اتنی بڑھ جاتی ہے کہ فریقین ایک دوسرے کے جان کے درپے ہو جاتے ہیں۔ اس تناؤ اور لڑائی میں سب سے زیادہ مرد کی فوات متاثر ہوتی ہے۔ اس کے لیے دونوں رشتے اہم ہوتے ہیں۔ ایک طرف ماں کا قابل احترام رشتہ جس نے زندگی کی سختیاں جھیل کر اس کو معاشرے کا اہم فرد بننے کے قابل بنایا تو دوسری طرف بیوی کا رشتہ جو اس کے دکھ درد کی ساتھی ہوتی ہے اور اس کے بچوں کی ماں کا درجہ پانے کے بعد مرید معتبر ہو جاتی ہے۔ بعض اوقات ساس بہو کے رشتے کے تناؤ کا آغاز

شادی سے پہلے ہی ہو جاتا ہے۔ رشتہ طے پانے کے عمل میں ہی بالکل معمولی سی باتوں پر دونوں گھرانوں میں رنجشیں جنم لے لیتی ہیں جس کے



مئی 2015ء

آ جاتی ہے۔ نیا فرد ایک نیلا ماحول پیدا کرتا ہے۔ اس کی آمد ساکن جمیل میں پھینکے جانے والے پتھر کی سی ہوتی ہے۔ ایسے میں ساس کو اس بات کا ادراک ہونا چاہیے کہ بالآخر اس پتھر کو ذرا سی ہلچل مچا کر اس جمیل کا حصہ بن جاتا ہے اور آپ کے وضع کیے ہوئے طور طریقوں کو ہی اپنانا ہوتا ہے۔

تخل ہی آپ کا ہتھیار ثابت ہو گا اور آپ کے اصول ہی اپنا راج بنائے رکھیں گے۔ مگر ساس کو بھی نئے زمانے کے تقاضوں کو اپنے اور اپنی ساس کے زمانے کے اصولوں سے بدلنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ بلاشبہ یہ ایک مشکل کام ہے کیونکہ جزییشن گیپ کا مسئلہ ازل سے موجود ہے اور ابد تک رہے گا لیکن اگر ابتدا میں ساس میں دل و صبر کر کے بہوؤں کے ساتھ محبت اور سلوک سے پیش آئیں اور انہیں کے ماحول میں ایڈجسٹ ہونے کے لیے کچھ وقت دیں اور چھوٹی موٹی غلطیوں پر درگزر سے کام لیں تو یہ نہ صرف ذاتی طور پر ان کے لیے نئی زندگی کی ابتدا کرنے والے جوڑے خاص کر ان کے اپنے بیٹے کے ذہنی اور دلی سکون کے لیے بلکہ گھر بھر کے چین اور خوشی کے لیے ایک اچھی ابتدا ثابت ہو گا جو آئندہ زندگی میں بھی اپنا مثبت کردار ادا کرتا رہے گا۔ دوسری طرف لڑکی کو بھی یہ حقیقت جان لیننی چاہیے کہ سسرال کا ماحول آپ کے والدین کے گھر کے ماحول سے مختلف ہے وہ گھر جہاں آپ نے زندگی گزاری ہے جہاں کے اصول آپ نے اپنائے ہوئے ہیں اب وہ اس نئی دنیا میں نہیں چل سکتے۔ ایک نہ ایک دن آپ کا راج ہو گا مگر اس کے لیے آپ کو خدمت اور محبت کے جذبوں سے کام لینا ہو گا۔ نئی نویلی بہوؤں کو یہ یاد رکھنا چاہیے کہ ماں کی محبت اپنی اولاد کے

لیے اصول اور بے پایاں ہوتی ہے اور بیٹے پر اجارہ داری کا احساس صرف ایک دن کی بات نہیں بلکہ یہ برسوں پر محیط ایک قدرتی عمل کا نتیجہ ہے۔ اس سے ایک دم دست کش ہونا مشکل ہی نہیں بلکہ ناممکن ہوتا ہے۔ اس لیے ساس کو اگر یہ احساس دلایا جائے کہ آپ ان سے بیٹے کی محبت اور توجہ چھیننے نہیں آئیں بلکہ اسے تسلیم کرتی ہیں اور آپ کی وجہ سے اس میں کمی نہیں ہوگی بلکہ مزید اضافہ ہو گا تو بے شک مسائل جنم ہی نہیں لیں گے۔

ساس اور بہو کا رشتہ ایسا ہے جسے اگر سمجھ بوجھ سے نبھایا جائے تو یہ بہت اچھا بھی ثابت ہو سکتا ہے۔ کیونکہ اس میں گھر کا سکون پوشیدہ ہے۔ دراصل لڑکیاں سسرال والوں کی ذرا سی بات کو بھی برداشت نہیں کرتیں اور ذرا ذرا سی بات پر پٹنا موڈ خراب کر لیتی ہیں حالانکہ ان کو سوچنا چاہیے کہ اگر ساس نے کسی بات پر نوکا ہے یا کوئی بات کہہ دی ہے تو اس کو طبعاً سمجھنے کی بجائے اپنی غلطی کو دودھ کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ مائیں بھی اپنی بیٹیوں کو ڈانٹ دیا کرتی ہیں تو اگر ساس نے کوئی بات کہہ دی تو ان کو بزرگ سمجھتے ہوئے ان کی بات کا احترام کریں۔

آپ اپنی ساس سے پیار اور اتفاق سے رہیں گی تو آپ کی ساس کے پاس لڑنے کا کیا جواز رہ جائے گا۔ ساس اور بہو کے جھگڑے تب ہوتے ہیں کہ جب بہو ساس کی برابری کرنے لگتی ہے۔

تلی دونوں ہاتھوں سے بچتی ہے اس لیے ساس اور بہوؤں دونوں کو گھریلو سکون کے لیے اعلیٰ ظرفی کا مظاہرہ کرتے ہوئے ایک دوسرے سے اچھا سلوک کرنا چاہیے تاکہ یہ رشتہ پائیدار اور مضبوط رہے۔



صحت و علاج مریدانگی



آج دنیا بھر میں ہزاروں متبادل طریقہ ہائے علاج موجود ہیں۔ ان میں رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، مقناطیس، پتھر و جواہرات، پانی، خوشبو اور جڑی بوٹیوں سے علاج وغیرہ شامل ہیں۔ اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکو پنچر، ایکو پریشر، ریفلیکسولوجی، پیسو تھراپی، شیاتسو، ایگزیٹور ٹیکنیک، آپورویڈ، فینگ شوئی، ٹائی چی، آئریڈیولوجی، کانسٹیوولوجی، مساج، کی کوئنگ وغیرہ بھی متبادل طریقہ علاج میں شامل ہیں۔



فینگ شوئی 風水

Feng Shui 風水

فینگ شوئی ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کا تعلق چین سے ہے۔ فینگ شوئی کے ذریعے تزئین و آرائش میں معمولی تبدیلی سے فطرت کے اصول آپ کے گھریلو کام کی جگہ میں روبہ عمل ہو سکتے ہیں۔ اس سے ذہنی یکسوئی کے ساتھ ساتھ آمدنی میں بھی نمایاں اضافہ ہو سکتا ہے۔



روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے ان صفحات پر چین کے معروف متبادل طریقہ علاج فینگ شوئی پر تحریر۔



”خیریت تو ہے....“ منان کو اس طرح سر جھکائے بیٹھا دیکھ کر آذر فوراً سنجیدہ ہو گیا۔ اس کے سوال پر بھی منان کی نظریں میز پر پڑی فائل پر جمی تھیں۔

”ہیلو سر آر یو ہیئر“ آذر اس کے کان میں چیخا۔ جواب میں منان نے اسے گھور کر دیکھا اور فائل اٹھا کر روٹی کی ٹوکری میں پھینک دی۔

”ارے ارے یہ کیا کر رہے ہو بھائی.... یہ تو ہمارے نئے کنٹریکٹ کی فائل ہیں ناں.... یہ اس کی جگہ نہیں ہے ڈیئر....“ آذر جلدی سے جھک کر فائل نکالنے لگا۔

”رہنے دو اسے“ منان نے اس کا ہاتھ روک دیا۔ ”یہی اس کی صحیح جگہ ہے۔“

”آپ کا مطلب ہے کہ....“ آذر ایک دم سے سنجیدہ ہو گیا۔ اب منان کے چہرے کا رنگ آذر کے چہرے پر تھا۔

”ہاں....“ بمشکل اس کے حلق سے نکلا۔ ”ناٹ آئین،“ آذر مضیاں بھیجنے لگا۔

”انگل بیگ نے مجھ سے وعدہ کیا تھا وہ اپنے وعدے سے کیسے چمکتے ہیں۔“ آذر نے جیب سے سل نکالا اور کسی کا نمبر داخل کرنے لگا۔

”ناٹ ریسیونگ....“ وہ کان سے لگائے لگائے منان کی طرف دیکھ کر بولا۔

وہ وہپ سے کرسی پر بیٹھ گیا۔ منان کے چہرے پر طنزیہ مسکراہٹ تیر گئی۔ ”ہو نہہ بیگ صاحب اور ان کے وعدے....“ وہ بڑبڑایا۔

مگر اس لمحے آذر کا چہرہ مزید لال ہو گیا۔ ”بی

جی دوستو!.... آپ سب کا روحانی ڈائجسٹ کی اس کوشش کو پسند کرنے اور سراہنے کا بہت بہت شکریہ۔

یقین کیجئے ہمیں بہت خوشی اور طمانیت کا احساس ہوا، جب ہمیں فیس بک پر آپ کی آراء ملیں کہ آپ ان معلومات سے خود بھی مستفید ہو رہے ہیں اور اپنے گھر والوں اور دوستو کو بھی اس سے فائدہ پہنچا رہے ہیں۔

گذشتہ قسط میں ذاتی کوائف اور اس کی سیکولیشن سے متعلق آپ کو مختصر معلومات فراہم کی گئیں۔ اب کوشش کرتی ہوں کہ کچھ مزید تفصیل آپ تک پہنچا سکوں۔ اس کا آغاز کرتی ہوں ایک کہانی سے۔

♦♦♦
”مجھے لگتا ہے آپ کو کوئی نقطہ نہیں ہوئی ہے۔“

”سر پلیز اہم اس پر مزید بات کر سکتے ہیں“ منان نرمی سے بولا۔

”سوری بیگ بوائے، انٹرویوٹ ناؤ۔ بورڈ اپنا ڈیشن لے چکا ہے۔“

”بٹ انگل....“ اس کی بات پوری ہونے سے پہلے فون رکھ دیا گیا تھا۔

غصے سے اس کی کان کی ٹونیں سرنج ہو گئیں، ”گو ٹو ہیمل....“ اس نے ریسیور کریڈل پر رکھ دیا۔

”ہیلو.... ہیلو....“ دروازے کھلا اور آذر چھٹکا ہوا فریش مود میں اندر داخل ہوا۔

مگر منان کی پوزیشن میں کوئی فرق نہیں آیا تھا وہ یونہی سر کو پچھلے بیٹھا رہا۔

شایینہ جمیل

کنٹرکٹ ہے جو منع ہوا ہے۔ یہ میں کیسے انگل سے پوچھوں۔“ آذر غصے سے چلایا

”تمہیں کیا لگتا ہے۔ مجھے برنس کا کوئی تجربہ نہیں یا تم اس کاروبار کے بارے میں مجھے سے زیادہ جانتے ہو۔“ وہ چلایا

”ہاں مجھے تو اب یہی شک ہوتا ہے“ وہ بد تمیزی سے بولا۔

”آذر....! تمیز سے بات کرو تمہارا بڑا بھائی ہوں میں۔ اس نے ہاتھ اٹھانے کی کوشش کی مگر اسی لمحے دروازہ کھلا اور دود صاحب اندر داخل ہوئے۔ مگر کمرے کا ماحول اب درجہ گرم دیکھ وہیں دروازے پر کھڑے رو گئے۔

دونوں بھائیوں میں شاید انہی اتنی تمیز باقی تھی یا شاید سب سے سیمکیر اور والد سے انتہائی قریبی ساتھی ہونے کی وجہ سے دود صاحب کا احترام دونوں کی نظروں میں بہت تھا۔ منان کا ہاتھ وہیں کا وہیں رک گیا۔ اس نے جلدی سے اپنا ہاتھ نیچے کر لیا اور منان کیس سلام کر کے کسی فائل پر جھک گیا۔

”وہلیکھ سلام۔“ وہ جلدی سے فائل لے کر آگے بڑھے۔ انھوں نے کچھ بھی پوچھنا مناسب نہ سمجھا۔ صرف نظروں سے حالات کا جائزہ لیتے رہے۔

”اچھا ہوا تم دونوں یہاں موجود ہو۔ ان کاغذات پر تم دونوں سے دستخط لینے تھے“ انھوں نے مسکراتے ہوئے کہا۔ جیسے کچھ نہ دیکھنا محسوس کیا۔

مگر پھر بھی دونوں بھائی جبراً انہی نہ مسکرا سکے۔

”انگل ابھی نہیں۔ ہم کچھ دیر بعد یہ کام کر لیتے ہیں۔“ منان شاید ان کاغذات کو پڑھنا چاہتا تھا۔

”ہاں ہاں!.... کوئی مضائقہ نہیں۔ میں بعد میں

کٹ مائی کال۔“ وہ سیل فون کو گھورنے لگا

”رہنے دو کوئی فائدہ نہیں۔“

”مگر کیوں آخر وجہ بھی تو پتہ چلے۔“ منان تشویش سے بولا۔

”آپ سے ان کی کیا بات ہوئی ہے۔“

”کچھ خاص نہیں.... بس یہی کہ بورڈ نے کسی ملٹی نیشنل کو ترجیح دی ہے اور گریڈنگ میں ہمارے پوائنٹس ان سے خاصے کم ہیں۔“

”اور بیگ انگل....“

”میری بات انگل سے ہی ہوئی تھی۔ سی ریوسٹ دی پروپوزل۔“ منان آذر کی بات کاٹ کر ایک ایک لفظ جما جما کر بولا۔

”آئی کانت بلیو دس۔“ آذر نے سر پر گھونسلہ مارا

”ابھی پچھلے ہفتے ہی میری ڈیٹیل سے بات ہوئی۔ میں لاہور جانے سے پہلے سب فائل کر کے گیا تھا۔ تب تو انہیں کوئی اعتراض نہ تھا۔ انہیں پاپا کی ساکھ کا بھی بڑا خیال تھا۔ اور اب....“

”یہی بات مجھے بھی سمجھ نہیں آ رہی۔ آخر ایسا کیوں ہو رہا ہے بار بار۔“ منان پریشانی سے بولا۔

اس کی اس بات پر خٹان کچھ دیر اسے گھورتا ہوا بولا۔ آئی تو آپ ہی بہتر بتا سکتے ہیں۔“

آذر کے اس انداز پر منان سچ پڑا ”کیا مطلب ہے تمہارا“

”مطلب صاف ظاہر ہے۔ میں آپ سے پوچھ رہا ہوں کہ کنٹرکٹ ہاتھ سے کیسے نکلا۔ بیگ انگل نے انکار کیوں کیا۔“

”تو یہ تو تم اپنے بیگ انگل سے پوچھو جا کر“

”منان بھائی پچھلے چار مہینوں میں یہ پانچواں

اس وعدے کا خیال آجاتا ہے کہ کبھی مشکل وقت میں ان کا ساتھ نہیں چھوڑوں گا۔ یہ کہتے ہوئے ان کی آنکھیں ڈبڈبائے لگیں۔ والد کے اچانک ذکر نے دونوں کو بھی جذباتی کر دیا۔

”میں جانتا ہوں ہماری کمپنی مسلسل مشکلات سے دوچار ہے۔ تمہارے والد کی اچھی ساکھ اور کاروباری دنیا میں نام ہونے کے باوجود کنٹریکٹ مسلسل ہاتھ سے نکل رہے ہیں۔ اگر ایسا ہی مزید کچھ دن اور چلتا رہا تو نجانے کیا ہو گا۔“ دودو صاحب بہت کھل کر اندیشہ بیان کرنے لگے۔

”ہاں انکل ایسی بات ہمیں بھی پریشان کر رہی ہے۔ ہم نہیں جانتے کہ کہاں پر اہل علم آ رہی ہے؟.... کیوں کنٹریکٹ فاسٹ لائز ہونے سے پہلے ختم ہو جاتے ہیں۔“ آذر پریشانی سے بولا۔

”شاید ہماری اسٹریٹجی ہی صحیح نہیں۔“ منان بولا۔ ”مگر یہ بھی تو نوٹس کیجئے کہ جو بھی کنٹریکٹ کنسل ہو یا وہ کمپنی وزٹ کے بعد ہوا۔“ آذر نے جواب دیا۔

”اگر اسٹریٹجی صحیح ناہوتی تو پرور پوزل ایکسپٹ بھی نہ ہوتے۔“ آذر بلا جھجک بولے چلا گیا۔

”تو تم یہ کہنا چاہ رہے ہو کہ میری پبلک ڈینٹل صحیح نہیں ہے اور یہ کمپنی مجھ سے سنبھل نہیں رہی۔“ منان دودو صاحب کا خیال کئے بغیر چیخ پڑا۔

”ایسا میں تو نہیں سوچ رہا لیکن اگر آپ کہہ رہے ہیں تو....“

”آذر تمیز سے بات کرو، تم اپنی لمٹس کو اس کر رہے ہو۔“ اس کا صبر کا پتہ نہ لہریز ہونے لگا۔

”رکورو کو.... ٹمبر وڈرا....“ دودو صاحب جلدی

آجاتا ہوں.... تم یہ کاغذات اچھی طرح پڑھ لو پھر دستخط کر دینا۔“ ان کے الفاظ سادہ، لہجہ دھیمہ مگر شاکہ تھا۔ وہ فائل رکھ کر جانے لگے۔ ان کے چہرے سے صاف ظاہر تھا کہ انہیں اس رویے سے تکلیف پہنچی ہے۔

”ارے نہیں انکل۔ آپ بیٹھیے ہم ابھی سائن کر دیتے ہیں۔“ منان نے اسے گھورا مگر پھر آذر نے سائن کر کے کاغذات منان کے آگے رکھ دیئے۔ اس نے آذر کو گھورتے ہوئے کاغذات پر سائن کر دیئے۔ کچھ دیر گہری خاموشی رہی۔

دودو صاحب کاغذات سمیٹ کر جانے لگے۔ مگر پھر زرا دیر کے لئے مہر کے۔ ”اگر برائے نام تو کچھ پوچھوں....“ وہ ہمت کر کے بولے۔

”جی انکل پوچھیے۔“ منان یونہی سوچ میں گم بیٹھے بیٹھے بولا۔

”بیگ صاحب نے جس کنٹریکٹ کی بات کی تھی وہ فائل ہو گیا ناں....؟“ دودو صاحب کے الفاظ تھے یا آپ کے گولے دونوں کا مزاج دوبارہ دہک گیا۔ منان اپنی جگہ سے اٹھ کھڑا ہوا۔

”نہیں وہ کنسل ہو گیا ہے۔ ان کے بورڈ نے وزٹ کے بعد اپنا ارادہ بدل لیا۔ اور کچھ؟....“ اس کے لہجے میں کڑواہٹ تھی۔

”نہیں“ وہ منان کا یہ انداز ضبط کر گئے۔

”بات کچھ اور نہیں بس اتنی سی ہے کہ تمہارے پاپا مجھ پر بڑا بھروسہ کرتے تھے۔ وہ میرے پاس ہی نہیں اچھے دوست اور محسن بھی تھے۔“ وہ ڈھیلے پڑ گئے۔

”بس.... ان کے احسانات یاد آ جاتے ہیں اور



سے اٹھ کھڑے ہوئے۔
مجھے ذرا باہر جانے دو پھر
ایک دوسرے کا سر پھاڑ
لیتا۔ وہ مزید کچھ کہے سے
بغیر باہر نکل گئے۔ منان
بھی آذر کو گھورتا ہوا
گاڑی کی چابی لے کر باہر
نکل گیا۔ اور آذر مٹھیاں
بچھنے بیگ صاحب کا نمبر
ماننے کی کوشش میں لگ گیا۔

کبھی جی نہ کرتے۔ میرا گھر بکھر چکا ہوتا۔ وہ
مایوسی سے بولیں۔

”یہ تو آپ بھی جانتے ہیں دونوں کی گھر میں بھی
کبھی نہیں بنی۔ گھر میں جب تک رہتے ہیں ہر بات پر
اختلاف ہر بات پر بحث.... انھوں نے ایک
ٹھنڈی آہ بھری۔

”یہ بھی نہیں سوچتے کہ یہ بوڑھی ماں اس کا کیا
کرے گی۔ کس کے سہارے جنے گی۔ اس بوڑھی
ماں پر کیا زحمت ہوگی ان کو اس طرح لڑتا دیکھ کر۔“
وہ رو پڑیں۔

دود صاحب اپنی نظروں میں شرمندہ سے سر
جھکائے بیٹھے رہے۔ زرا دیر میں مسرمرانے خود
کو سنبھال لیا۔

”تو پھر اب اس کا کیا حل ہے؟“

”کاش میری سمجھ میں کچھ آتا۔ میں کیا بتاؤں
بھائی صاحب۔“

”بھابھی میری رائے میں تو دونوں کے مزاج
سمجھنے کی تباہی کے ذمہ دار بن رہے ہیں۔ اگر آپ
انھیں سمجھانے کی کوشش کریں تو شاید ماں کی بات

”بھابھی صاحبہ میرا آپ سے ملنا اشد ضروری
ہو گیا تھا.... آفس میں وہ دونوں بچوں کی طرح
لڑتے ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ ایک دوسرے پر الزام
تراشی سے باہر آئیں تو کاروبار کو سمجھیں۔“

دود صاحب آذر اور منان کی والدہ مسرمر
کے ساتھ موجود تھے۔ مسرمر زاسر جھکائے خاموشی
سے ان کی باتیں سنتی رہیں۔

”آپ کچھ کہیں بھابھی۔“ دود صاحب پریشانی
سے بولے۔ ”میرا یقین مانئے میرا مطلب ہر گز بھی
آپ کو پریشان کرنا نہیں تھا۔“

”اگر بات حد سے آگے نہ بڑھتی تو یقین کیجئے یہ
باتیں میں آپ کو کبھی بھی نہ بتاتا۔ مگر کیا کیا
جائے....“ وہ اپنی صفائی پیش کرنے لگے۔

”نہیں آپ ٹھیک کہہ رہے بھائی صاحب۔“

دونوں کے مزاج میں زمین آسمان کا فرق ہے۔ یہ
بات کسی سے ڈھکی چھپی بھی نہیں ہے۔ اگر مرزا
صاحب کی وصیت نہ ہوتی تو شاید دونوں ساتھ کام

”ٹھیک ہے بھابھی آپ کی اجازت ہے تو میں کل

ہی ملاقات کا بندوبست کرتا ہوں، مگر آپ بھی دونوں سے بات کرنے کی کوشش ضرور کیجیے گا۔“

دودو صاحب ان کو تسلی دیتے ہوئے چلے گئے اور مسز مرزا اپنی اولاد کے لئے گڑگڑا کر دعائیں مانجھنے لگیں۔

دوستو! منان اور آذر کے مزاج میں یہ فرق کس طرح دور ہوا ان کی کمپنی کی سادہ کیسے بحال ہوئی انہیں دوبارہ آذر ملنے کیوں شروع ہو گئے۔ یہ سب اگلی قسط میں انشاء اللہ تفصیل سے بتائیں گے۔

فینگ شو کی کے بارے میں آپ ہمارے فیس بک کے نیچے دیئے گئے لنک سے معلومات حاصل کر سکتے ہیں اور ہمیں اپنے تاثرات سے آگاہ بھی کر سکتے ہیں۔

Facebook.com/ FengShui.Pk.AIMS

(جباری ہے)



انہیں سمجھ میں آجائے۔“

”لیکن میں کیا کروں۔“ وہ بے بسی سے ان کی طرف دیکھنے لگیں۔

”میں تو بس ان کے لئے دعا کر سکتی ہوں۔“ ان کی آنکھیں پھر بھرنے لگیں۔

”بھابھی اگر آپ میری بات کو غلط نہ سمجھیں تو ایک حل ہے میرے پاس۔“ وہ انک کر بولے

”ارے بھائی صاحب۔ مرزا صاحب نے آپ کی کوئی بات یا مشورہ کبھی رد نہیں کیا تو پھر میں آپ کی بات بھلا کیا کیسے غلط سمجھوں گی.... آپ کہیے میں سن رہی ہوں۔“ وہ متوجہ ہو کر بیٹھ گئیں۔

”ایک بزرگ ہیں بہت پیچھے ہوئے اگر دونوں بھائیوں میں محبت کے لئے ان سے کوئی دعا یا وظیفہ وغیرہ....“ انھوں نے اپنی بات ادھوئی چھوڑ دی۔

”ہاں ہاں کیوں نہیں۔ اگر آپ کسی بھی

بھروسے مند شخصیت سے واقف ہیں تو ضرور میرے بچوں کی بہتری کے لئے جو بھی کر سکتے ہیں ضرور کیجئے۔“ وہ متوجہ انداز میں بولیں

صرف پاکستان میں نہیں بچوں کی ویکسین پلانا آسٹریلیا میں بھی مسئلہ ہے۔



آسٹریلیا نے بچوں کو ویکسین نہ دینے والے والدین کے لیے چائلڈ کیئر مراعات بند کر دینے کا اعلان کیا ہے۔ آسٹریلیا کے وزیراعظم ٹونی ایبٹ نے کا اعلان کیا ہے اگر کوئی خاندان اپنے بچوں کو ویکسین نہ پلانے کا فیصلہ کرتا ہے، تو ایسے والدین کو عوامی ٹیکسوں کی رقم سے مراعات نہیں دی جائیں گی۔ انہوں نے کہا کہ اگلے سال یکم جنوری سے مذہبی اور دیگر وجوہات کی بنا پر بچوں کے لیے ویکسین سے استثناء کی قانونی شق ختم کر دی جائے گی۔



Raashda Iffat Memorial Campaign for Health & Hygiene

تھائی رائیڈ گلیٹنڈ، بچوں کی صلاحیت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

دو بچے جو ناقص تھائی رائیڈ گلیٹنڈ لے کر پیدا ہوتے ہیں ان میں ابتدائی چند نشے پلاوٹ میں یہ خرابی دور بھی ہو جاتی ہے اور وہ نارمل انداز سے دوسرے بچوں کی طرح تھائی روکسن پیدا کرنے لگتے ہیں۔ یہ خرابی بھی لڑکیوں میں زیادہ ہوتی ہے۔ اس کی کئی وجوہات ہو سکتی ہیں۔ اس کی سب سے بڑی وجہ غذا میں آیوڈین کی کمی ہوتی ہے۔ آیوڈین کے حصول کا زیادہ ذریعہ سمندری غذائیں ہیں جیسے مچھلیاں وغیرہ اور کھانے میں دو ٹنک ضرور استعمال کرنا چاہیے جس میں آیوڈین شامل ہو۔

اندر اپنے جسم سے یہ اثرات دور ہونے لگتے ہیں

اور وہ آہستہ آہستہ نارمل ہوتا چلا جاتا ہے۔

بالپن تھائی رائیڈ گلیٹنڈ

اس حالت میں ہوتا ہے کہ خون میں

تھائی روکسن کی شمولیت بہت زیادہ ہو جاتی ہے اور یہ

لڑکوں سے زیادہ لڑکیوں میں عام ہے لیکن یہ سات

برس سے کم عمر میں بہت خال خال ہوتا ہے۔

اس کا عام طور پر سبب یہ ہوتا ہے کہ جسم کا

مدافعتی نظام کچھ اس طرح بے ترتیب ہو جاتا ہے کہ

اس کی باڈی بڑی زیادہ ہو کر یہ نظام خود اپنے ہی

نوعیت

تھائی رائیڈ گلیٹنڈ جسم کی مجموعی کارکردگی اور

نشوونما کو فعال رکھتا ہے۔

تھائی کی شکل کا یہ گلیٹنڈ گلے میں آواز کے پاس

کے اوپر ہوتا ہے۔ یہ گلیٹنڈ جو ہارمونز پیدا کرتا ہے ان

میں ایک تھائی روکسن ہے جو انسانی جسم میں غذائی

تخلیل کے عمل اور جسمانی و جنسی نشوونما پر اثر انداز

ہوتا ہے۔ تھائی روکسن کی کم مقدار ہائپو

تھائیرائیڈزم Hypothyroidism کی نشاندہی

کرتی ہیں جبکہ زیادہ مقدار Hyperthyroidism

کی علامت ہے۔

کبھی کبھی نو مولود بچے

میں ہائپر تھائیرائیڈزم کی

موجودگی خطرناک ثابت

ہو سکتی ہے اور اس کی وجہ یہ

ہوتی ہے کہ بچے کی ماں کے

خون میں تھائی روکسن کی

مقدار بڑھ جاتی ہے۔

بہر حال تین ماہ کے



مئی 2015ء

تندرست ہو جاتے ہیں اور کچھ بچے ایسے بھی ہوتے ہیں جنہیں سر جری یا آپریشن کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ غیر ضروری تھائی رائیڈ کو نکالا جاسکے۔ آپریشن کا فائدہ یہ ہے کہ اس میں ادویہ کے استعمال کی ضرورت نہیں ہوتی اور دواؤں کے مضر اثرات سے بھی جسم محفوظ رہتا ہے۔

آج کل ریڈیو ایکٹیو آیوڈین کے ذریعے اس کا علاج عام ہوتا جا رہا ہے، یہ آیوڈین تھائی رائیڈ ہی سے حاصل کیا جاتا ہے اور یہ جسم کے اندر داخل ہو کر تھائی رائیڈ کی غیر ضروری افزائش کو کم کر دیتا ہے۔

گوئٹر (Goitre)

گوئٹر بھی ایک مرض ہے۔

یہ تھائی رائیڈ گلینڈ میں سو جن کی کیفیت کا نام ہے۔ یہ عام طور پر تھائی رائیڈ روکسن کی مقدار یا اس کی پیداوار پر اثر انداز نہیں ہوتا لیکن اس کے سبب ہائپر تھائیرائیڈزم کی خرابی ضرور پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ خرابی بھی لڑکیوں میں زیادہ ہوتی ہے۔ اس کی نئی وجوہات ہو سکتی ہیں۔

اس کی سب سے بڑی وجہ غذائیں آیوڈین کی کمی ہوتی ہے۔ آیوڈین کے حصول کا بڑا ذریعہ سمندری غذائیں ہیں جیسے مچھلیاں وغیرہ اور کھانے میں وہ نمک ضرور استعمال کرنا چاہیے جس میں آیوڈین شامل ہو۔

علامات

گردن کے اگلے حصے پر سو جن۔

لڑکیں میں ہائپر تھائیرائیڈزم کی علامات زیادہ عام ہیں۔

کیا کرنا چاہیے؟

بچے کو ڈاکٹر کے پاس لے جائیں۔ گوئٹر کی

خلیوں کو تباہ کرنا شروع کر دیتا ہے۔ اس کی وجہ سے چھید گیاں پیدا ہو جاتی ہیں اور خون میں تھائی روکسن کی مقدار بہت بڑھ جاتی ہے۔

علامات

بچے بے چین اور ضدی ہو جائے، اسے سنبھالنا دشوار ہو، پسینے سے بھگتا رہے، اس کی جلد چمکتی ہوئی دکھائی دے، اس کے دل کی دھڑکن اچانک تیز ہونے لگے اور بھوک بڑھ جائے، لیکن کھاتے رہنے کے باوجود اس کے وزن میں کوئی اضافہ نہ ہو۔

عام طور پر بچے کے مزاج پر چڑچڑاہٹ شامل ہو جائے اس کی آنکھیں باہر کو نکلتی ہوئی محسوس ہوں اور بہت تیزی سے اس کیفیت میں اضافہ ہو، وہ جب ہاتھ پھیلائے تو اس کے ہاتھوں میں ہلکی سی لرزش بھی ہو۔

اسکول میں بچے کی کارکردگی خراب ہونے لگے کیونکہ ایسی حالت میں وہ تعلیم پر توجہ نہیں دے پاتا اور بے چین رہتا ہے۔

کیا کرنا چاہیے؟

بچے کو ڈاکٹر کے پاس لے جائیں۔ بلڈ ٹیسٹ کے ذریعے اس کے خون میں تھائی روکسن کی مقدار کا تعین کیا جائے گا اگر یہ مقدار زیادہ ہے تو پھر بچے کو ایفٹی تھائی رائیڈ دوائیں دی جاتی ہیں۔ تاکہ وہ خون میں موجود تھائی رائیڈ گلینڈ کی غیر ضروری سرگرمیوں کو کنٹرول کر سکیں۔

یہ علاج اس وقت تک جاری رہتا ہے جب تک تھائی رائیڈ گلینڈ مکمل طور پر نارمل حالت میں کام نہ کرنے لگیں اس علاج کی مدت دو سال تک بھی ہو سکتی ہے تقریباً ایک تہائی بچے اس علاج سے



وجوہات کا تعین کر کے تھائی روکسن ری پلیمینٹ
تھرائی بھی تجویز کی جاسکتی ہے۔

عام طور پر لڑکیوں میں دورانِ بلوغت ہونے والا
گوئزر کا مرض بروقت مناسب علاج سے ختم
ہو جاتا ہے۔

(بانیپو تھائیرائیڈزم) تھائی رائیڈ

غدد کے افعال

میں کمی نوعیت

یہ مرض تھائی رائیڈ گلیٹنڈز کی ست یا کم
کارکردگی کی نشان دہی کرتا ہے۔

تھائی رائیڈ گلیٹنڈز سے خارج ہونے والا ہارمون
جسم کی ذہنی و جسمانی نشو و نما کے لیے بہت
ضروری ہے۔

اس کی پیدائش بچے میں رحم مادر ہی میں ہونے
لگتی ہے اور ساری زندگی اس کا سلسلہ جاری رہتا ہے۔
بچے کی زندگی کے ابتدائی دو سالوں میں ذہنی نشو و نما
کے لیے تھائی روکسن کا کردار بہت اہم ہے۔

وہ بچے جو ناقص تھائی رائیڈ گلیٹنڈز سے پیدا
ہوتے ہیں ان میں ابتدائی چند ہفتے یا ماہ میں یہ خرابی
دور بھی ہو جاتی ہے اور وہ نارمل انداز سے دوسرے
بچوں کی طرح تھائی روکسن پیدا کرنے لگتے ہیں۔

آپ کی توجہ کے لیے علامات
نومولود میں بعض اوقات اس کی علامات ظاہر
نہیں ہوتیں۔

اس کی علامتوں میں سے عام طور پر خشک اور
غٹھنڈی جلد ہے۔ خاص طور پر چہرے، ہاتھوں اور
پیروں کی۔

تیز اور غیر معمولی رونے کی آواز کیونکہ عموماً

نومولود بچہ کم رویا کرتا ہے۔

بچے کی حرکات و سکنات میں بہت سستی ہو۔

باہر کو نکلی ہوئی زبان، سانس لینے اور دودھ
وغیرہ پینے میں دشواری۔

پیٹ کی تکلیف بعض اوقات ہر نیا بھی
ہو جاتا ہے۔

بچے کے سر کے بال پتے خشک اور چمٹے
ہوتے ہوں۔

بچے کو قبض کی شکایت بھی ہو جاتی ہے۔

پیدائش کے بعد بچے کو دو ہفتوں سے زائد
یرقان کی شکایت رہے۔

بچے کی جسمانی نشو و نما میں کمی محسوس ہو۔ خاص
طور پر اس کی ٹانگیں چھولی دکھائی دیتی ہوں۔

چونکہ اس مرض میں ہڈیاں سخت رفتاری سے
بڑھتی ہیں بچے کا تالو غیر معمولی طور پر بڑا دکھائی دیتا
ہے۔ جو دوسرے بچوں میں نہیں ہوتا۔

کیا کرنا چاہیے؟

جیسے ہی بچے کو ہائپو تھائیرائیڈزم تشخیص ہو جاتا
ہے اسی وقت ڈاکٹر کے مشورے سے اسے منہ کے
ذریعے تھائی روکسن دینا شروع کر دیا جاتا ہے۔

بچے کے دو ماہ کے ہوتے ہی ری پلیمینٹ تھرائی
کا عمل شروع کیا جاتا ہے۔ یہ تاحیات جاری
رکھنا پڑتا ہے۔

علاج کے ابتدائی دنوں میں یہ ایک عام سی بات
ہے کہ بچے کا وزن کم ہونے لگے اور وہ بہت بے قرار
اور بے چین ہو۔

مناسب علاج کے بعد بچے سنبھل جاتے ہیں اور
ان کی ذہنی و جسمانی بڑھوتری ہونے لگتی ہے۔



وہ تمام بچے جو اس مرض میں مبتلا ہیں ان کے لیے ریٹو کرچیک اپ بہت ضروری ہے۔

ٹیسٹ

بچے میں اس مرض کا سراغ لگانے یا تصدیق کرنے کے لیے اس کی پیدائش کے چھ دنوں بعد ہی اس کا خون ٹیسٹ کیا جاتا ہے۔ جس میں ہائپوٹھائیرائیڈزم اور فینائل کیٹونریا کی کیفیت کو جانچا جاتا ہے Phenyl ketonuria میں بچے میں ایک اہم حاصرے کی کمی ہوتی ہے۔



کبھی کبھی یہ مسئلہ بڑے بچوں کے ساتھ بھی ہو جاتا ہے۔

اس سے پہلے وہ بہت ذہین ہوتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ ان کی ذہانت کو ان کے اسکول میں مثال کے طور پر پیش کیا جاتا ہو، لیکن جیسے ہی انہیں یہ مرض ہوتا ہے اور تھائی روکسن علاج شروع ہوتا ہے ابتدا میں ان کی ارتکاز کی صلاحیت متاثر ہوتی ہے۔

وزن میں بھی کمی ہونے لگتی ہے مگر پھر کچھ عرصے میں بچے کی نشوونما بہتر ہونے لگتی ہے اور وہ اپنے ارد گرد کے حالات میں بھی دلچسپی لینے لگتا ہے۔

ارب پتی تاجب... جسے بیوی روزانہ دس پاؤنڈ جیب خیر دیتی ہے

بیوی ہو تو ایسی....!

برطانیہ کے امیر ترین لوگوں میں شمار ہونے والے اسٹیو اسمتھ ارب پتی ہونے کے باوجود اپنے روزمرہ اخراجات



کے لیے اپنی بیوی کی شفقت کے منتظر رہتے ہیں۔ کیونکہ وہ انہیں باقاعدگی سے جیب خرچ دیتی ہیں اور اسے ذمہ داری کے ساتھ استعمال کرنے کی ہدایت بھی کرتی ہیں۔ پانچ سالہ اسمتھ بچپن میں اپنے والد کے ساتھ بلسن مارینٹ میں ایک جھوٹا سا اسٹال لگایا کرتے تھے لیکن جب اٹھارہ سال کی عمر میں انہوں نے اپنے والد سے قرض لے کر کاروبار کا

آغاز کیا تو محض ایک دہائی میں وہ ارب پتی بن گئے۔ جب انہوں نے اپنی سیمپنی پانچ کروڑ برطانوی پاؤنڈ میں فروغ کی تو اس میں سے نصف رقم اپنے والدین کو دے دی جبکہ باقی نصف سرمایہ کاری میں استعمال کر دی۔ اسٹیو کی اہلیہ ان کی فضول خرچی سے تنگ تھیں اور انہیں نے فیصلہ کیا کہ وہ اپنے پاس کچھ بھی نہیں رکھ سکتے بلکہ وہ خود انہیں روزانہ استعمال کے لیے اخراجات دیں گی۔ اب انہیں روزانہ دس پاؤنڈ دیے جاتے ہیں اور اگر کبھی ان کی بیوی کا موڈ اچھا ہو تو بیس پاؤنڈ بھی مل جاتے ہیں۔ وہ اس رقم کو انتہائی احتیاط کے ساتھ استعمال کرتے ہیں کیونکہ دیے گئے جیب خرچ سے تجاوز کرنے پر انہیں جیل کی ناراضی کے علاوہ مزید رقم کے لیے صبر آزما انتظار بھی کرنا پڑ سکتا ہے۔





پیٹرول کی دریافت کے بعد
پلاسٹک کی اشیاء بنانے کا آغاز
1930ء میں ہوا۔ پلاسٹک سے بننے
والی سب سے پہلی چیز ”توتھ برش“
ہے۔ اسے لوگوں نے بخوشی اپنی
زندگی کا حصہ بنالیا۔ پھر پلاسٹک کی
اشیاء بننے کا نہ رکنے والا سلسلہ



آسان ہے اور پلاسٹک کی بنی اشیاء سالوں تک چلتی ہیں
کیونکہ کالج کی طرح گڑبڑ کرنے کا احتمال نہیں ہوتا۔
اب تو ہر پروڈکٹ چاہے وہ کڑی، لوشن، شیمپو کچھ بھی ہو
پلاسٹک کی بوتلوں میں ملتا ہے۔ روز خریدی جانے والی
اشیاء کی اگر گنتی کی جائے تو حیران رہ جائیں گے۔ روزانہ کے
حساب سے ڈھیروں پلاسٹک کی اشیاء ہمارے گھروں میں
لانی جاتی ہیں۔ بہت سے گھرانوں میں کولڈ ڈرنک سرد
کرنے کے بعد پلاسٹک ان ہی بوتلوں کو دھو کر پانی پینے
کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ بہت سے لوگ پلاسٹک
کے ڈبوں میں دالیں، مسالے رکھتے ہیں۔

شراب، میٹھا اس سے قبل برتنوں سے لے کر کھانا
اسٹور کرنے کے لیے، کنٹینر، اسٹیل یا پیتھل کے
ہوتے تھے اب یہ حال ہے کہ پانی کی بوتلوں سے لے

کر مرہٹاں، برتن، بچوں کے کھلونے، پلاسٹک کے تھیلے زندگی کا لازمی حصہ بن چکے ہیں۔ دیکھا جائے تو اس لحاظ سے
بہتر ہیں کہ یہ وزن نہیں رکھتے، جگہ کم گھیرتے ہیں۔
ٹائٹ ڈبوں میں کھانا رکھ کے فریز کیا جاسکتا ہے۔ ان
برتنوں کو دھونا، صاف کرنا قدرے



پلاسٹک کی اشیاء کا محفوظ استعمال

کی پلاسٹک بوتلوں کو دھو کر پانی کے لیے استعمال کرتے ہیں وہ ہرگز ایسا نہ کریں بلکہ پانی کے استعمال کے لیے اعلیٰ معیار پلاسٹک کی بوتلوں کا استعمال کریں تاکہ وہ مضر صحت نہ ہو۔

پلاسٹک کے تھیلوں اور اشیاء کو کھلی جگہوں، نالوں، دریاؤں، سمندر میں پھینکنے سے گریز کرنا چاہیے کیونکہ پلاسٹک کی اشیاء حل پذیر نہیں ہوتیں اسی لیے اگر یہ دریاؤں اور سمندروں میں پھینکی جائیں تو آبی حیات کو ان کی وجہ سے خطرات لاحق ہو جاتے ہیں خاص کر مچھلیاں ان بوتلوں کے ڈھکن کو منہ میں لیتی ہیں اور پھنسا بیٹھتی ہیں جس سے ان کے مرنے کا اندیشہ ہوتا ہے اور یہ اشیاء حل پذیر نہ ہونے کے باعث ہر روز ہزاروں کی تعداد میں آبی اور انسانی حیات کے لیے نقصان دہ ثابت ہوتی ہیں۔ بعض اوقات سمندر میں پھینکی جانے والی بوتلوں کے ڈھکن، مچھلیاں، کچھوے اپنے منہ میں ڈال کر پھنسا لیتے ہیں جو ہر لحاظ سے ان کے لیے نقصان کا باعث ہے۔ بالکل اسی طرح گھروں میں استعمال ہونے والی ناقص معیار کا پلاسٹک اور اس سے بنی دیگر اشیاء اس قابل نہیں ہوتیں کہ انہیں سالوں استعمال کیا جاسکے۔ وہ پلاسٹک دیر تک کارآمد ثابت ہو سکتا ہے جو اعلیٰ معیار کا ہو۔

ناقص پلاسٹک سے بنے کھلونے بچوں کے لیے مضر صحت ہوتے ہیں بچے ان کھلونوں کو منہ میں لیتے ہیں چبانے کی کوشش کرتے ہیں جس سے بہت سے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

صحت کے ان اصولوں کو مد نظر رکھتے ہوئے دنیا بھر میں پلاسٹک سے بننے والی اشیاء کا ایک مخصوص

کے دور میں سب پو لیتھین تھیلیوں میں ہی لائی جاتی ہے اگر تھوڑی سی توجہ اور غور کیا جائے تو آپ کو معلوم ہو گا کہ پلاسٹک سے بنی ان تھیلیوں کی کئی قسمیں ہیں بعض اوقات کچھ تھیلیوں میں سے ایسی ناگوار بدبو آ رہی ہوتی ہے جو دماغ میں سرایت کر جاتی ہے ایسی ناگوار بدبو تھیلے میں موجود کسی چیز کی وجہ سے نہیں بلکہ اس تھیلے سے آ رہی ہوتی ہے اس کا مطلب یہ ہے کہ یہ تھیلا پلاسٹک Recycle کر کے بنایا گیا ہے اور اس عمل کے دوران جو پلاسٹک استعمال کیا گیا ہے وہ انتہائی ناقص معیار اور مضر صحت تھا اسی وجہ سے Recycle کے بعد جو چیز حتمی طور پر بن کر سامنے آتی ہے وہ ناگوار بدبو پیدا کرتی ہے۔ بات صرف تھیلیوں کی نہیں پلاسٹک سے بننے والی ہر شے میں یہ ناقص میٹریل استعمال کیا جاتا ہے خواہ وہ ڈبے ہوں، بالٹیاں، مرتبان یا پانی کی بوتلیں ہی کیوں نہ ہوں۔ اسی لیے پلاسٹک سے بنی اشیاء خریدتے وقت سب سے پہلے اس بات کا اطمینان کر لیں کہ اس میں کسی بھی قسم کی بدبو تو نہیں آ رہی اور اگر آپ سودے کے تھیلے اور روزمرہ کی سبزیوں کی تھیلیوں کو بھی جانچے تو آپ کو واضح فرق محسوس ہو جائے گا۔ ماحولیات کی بہتری کے حوالے سے جو لوگ کام کر رہے ہیں ان کا کہنا ہے کہ سوفٹ ڈرنک یا کھانے پینے کی دوسری اشیاء جو پلاسٹک کی بوتلوں یا جار میں پیک ہوں انہیں استعمال کرنے کے بعد فوراً پیچیک دیں نہ کہ انہیں سو کر کسی اور مقصد کے لیے استعمال کریں کیونکہ پلاسٹک کی اشیاء کی ٹھیک حالت میں رہنے کی مدت ہی ہوتی ہے جتنی اس میں موجود غذا، مشروب کی مین مدت ہوتی ہے اس لیے وہ لوگ جو کولڈ ڈرنک

ندیوں، دریاؤں، تالابوں اور سمندروں میں پلاسٹک کی اشیاء پھینک کر ماحول کو آلودہ کر رہے ہیں۔ اسی طرح اسپتالوں میں استعمال ہونے والے پلاسٹک کے انجکشن استعمال کے بعد ضائع نہ کرنے کی صورت میں دوبارہ پیک کر کے مارکیٹ میں فروخت کر دی جاتی ہیں جو سپائٹائٹس اور HIV اور دیگر امراض کا سبب بن رہے ہیں۔

ماحول کو آلودگی سے بچانے اور خود بھی صحت مند رہنے کے لیے ضروری ہے کہ پلاسٹک کی وہ اشیاء ہرگز استعمال نہ کی جائیں جو ناقص کوالٹی کی ہوں۔ زیادہ سے زیادہ کوشش کیجیے کہ کاغذ کے تھیلے یا پھر کپڑے کے تھیلے استعمال کریں۔ پھلی جگہوں پر پلاسٹک کی تھیلیاں پھینکنے سے گریز کریں کیونکہ یہ آپ کے ماحول اور آپ کی صحت دونوں کے لیے انتہائی نقصان دہ ہے۔



اسٹینڈرڈ مقرر کیا گیا ہے اور اس اسٹینڈرڈ سے کم کی سطح پر بننے والی چیزوں پر پابندی اور بنانے والوں کے خلاف جرمانہ عائد کیا جاتا ہے۔ دنیا کے ترقی یافتہ ممالک میں کھانے پینے کی اشیاء ہوں یا مینے کا سودا پلاسٹک کے تھیلوں کے بجائے کاغذ کے تھیلوں میں ہی دیا جا رہا ہے تاکہ ماحول کی آلودگی سے ممکنہ حد تک بچایا جاسکے۔ کئی ممالک میں یہ تصور ہی نہیں کہ سوفٹ ڈرنک کی بوتلوں کو دوبارہ استعمال کیا جائے یا پیک چیزوں کے Jars دھو کر دوبارہ استعمال کے قابل بنا لیے جائیں۔ ان ممالک میں فوری طور پر چیز کا استعمال کرنے کے بعد اسے کوڑے دان میں ڈال دیا جاتا ہے تاکہ وہ پلاسٹک Recycle ہو کر نئی اشیاء بنانے کے قابل ہو سکے۔

تیسری دنیا کے ممالک میں ماحول میں آلودگی کا سبب اکثر لوگ خود ہی بنے ہوئے ہیں جو کھلے نالوں،

ایسا شہر جہاں عمارتوں کے بیچوں بیچ تیل کے کنوئیں

امریکی شہر لاس اینجلس ہالی ووڈ کے جلوؤں، سپر ماڈلز اور دنیا بھر سے آنے والے سیاحوں کے لیے شہرت رکھتا



ہے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ اسی شہر کی حقیقی دہکتی زندگی کے درمیان تیل کے ہزاروں کنوئیں بھی موجود ہیں لیکن شہر کی سیر کرنے والوں کو یہ کبھی بھی نظر نہیں آتے کیونکہ انہیں حیرت انگیز مہارت کے ساتھ چھپایا گیا ہے۔ رپورٹ کے مطابق لاس اینجلس شہر کے نیچے تقریباً تین لاکھ بیرل تیل کے ذخائر ہیں اور اسے شہر میں قائم ہزاروں کنوئیں سے دن رات تیل نکالا جاتا ہے مگر کسی کو اس کی بھینک بھی نہیں پڑی۔ تیل کے یہ خفیہ کنوئیں ان عمارتوں میں چھپائے گئے ہیں جو بظاہر بڑے بڑے کارخانے اور دفاتر نظر آتے ہیں۔ یہ کنوئیں اسکولوں، شاؤنگ سینٹروں اور تفریح گاہوں کے پردوں میں بھی چھپے ہوئے ہیں اور ان کی پوشیدہ حقیقت کو دنیا میں کم ہی لوگ جانتے ہیں کیونکہ نہ یہ بظاہر دیکھنے سے نظر آتے ہیں اور نہ ہی کبھی میڈیا نے ان ہزاروں کنوئیں کی اندرونی تصاویر دکھائی ہیں۔

عظیمی

کے اعتماد کے ساتھ

عظیمی لیبارٹریز کا

عرق گلاب



کراچی میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں

یا ہوم ڈیلیوری کے لیے رابطہ کریں:

021-36604127

کئی امراض کی وجہ ٹینشن

کوشش بھی کرنے لگتا ہے۔ ایسے لوگوں میں احساس تحفظ کی کمی اور توجہ کی طلب ہوتی ہے۔

ماہرین کا خیال ہے کہ احساس کمتری اور طبیعت کی حساسیت اس مرض کا سبب بنتے ہیں۔ مذہبی جذبات کو ٹھیس پہنچنے یا عزت نفس مجروح ہونے سے بھی ٹینشن پیدا ہوتی ہے۔ ہمارے معاشرے میں غربت اور بے روزگاری اس کے اہم ترین اسباب ہیں، ایک گروپ کے مطابق ”مرد پانچ فیصد اس مرض میں مبتلا ہیں جبکہ خواتین نو فیصد اس مرض میں مبتلا ہیں۔“

ٹینشن کی دیگر وجوہات میں خود کشی کے اندر مایوسی اور ناامیدی کے جذبات پروان چڑھنے لگتے ہیں اور نیپتہ اور جینے چلانے لگے یا پھر چپ سا دھ کر اپنے بچاؤں کے سبب نیاز ہو جائے۔

بہت کم لوگ ایسی نفسیاتی بیماری ہے جس کا ادراک بہت کم ہوتا ہے۔ اسی لیے وہ اس کے مناسب علاج کی طرف توجہ نہیں دے پاتے۔

ٹینشن کے اسباب و علامات اس مرض کا آغاز جذباتی، سماجی یا معاشی حادثے سے پیدا ہونے والے ذہنی دباؤ سے ہوتا ہے ابتداء میں مریض پر افسردگی طاری رہتی ہے، حال سے عدم اطمینان اور مستقبل سے ناامیدی پیدا ہو جاتی کرتی ہے بعض اوقات

ذہنی دباؤ اتنی شدت اختیار کر لیتا ہے کہ مریض خود کشی کی

موجودہ دور میں ذہنی دباؤ اور ٹینشن میں بہت تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کے ایک حالیہ سروے کے مطابق ”دنیا کی آبادی کا تیس فیصد حصہ اس مرض میں مبتلا ہے۔“

پاکستان میں چونکہ معاشرتی شکست و ریخت کا عمل تیز اور معاشی دباؤ زیادہ ہے اس لیے اندازہ ہے کہ یہاں یہ تناسب چالیس فیصد تک ہو گا۔

ٹینشن کیا ہے...؟

ٹینشن سے مراد وہ حالت ہے جب کسی کو کسی مسئلے کا حل نہ مل رہا ہو۔ اس کے باعث اس کے اندر مایوسی اور ناامیدی کے جذبات پروان چڑھنے لگتے ہیں اور نیپتہ اور جینے چلانے لگے یا پھر چپ سا دھ کر اپنے بچاؤں کے سبب نیاز ہو جائے۔

بہت کم لوگ ایسی نفسیاتی بیماری ہے جس کا ادراک بہت کم ہوتا ہے۔ اسی لیے وہ اس کے مناسب علاج کی طرف توجہ نہیں دے پاتے۔

ٹینشن کے اسباب و علامات اس مرض کا آغاز جذباتی، سماجی یا معاشی حادثے سے پیدا ہونے والے ذہنی دباؤ سے ہوتا ہے ابتداء میں مریض پر افسردگی طاری رہتی ہے، حال سے عدم اطمینان اور مستقبل سے ناامیدی پیدا ہو جاتی کرتی ہے بعض اوقات

ذہنی دباؤ اتنی شدت اختیار کر لیتا ہے کہ مریض خود کشی کی



سبب معدے یا آنتوں میں کسی قسم کا انفیکشن نہیں ہوتا بلکہ کوئی خفیہ چیز آہستہ آہستہ نظام انہضام پر اثر انداز ہو رہی ہوتی ہے اور وہ پراسرار چیز ”اعصابی تناؤ“ یا ”ٹینشن“ ہوتی ہے جو کئی امراض کا سبب بنتی ہے۔

امراض قلب

ذہنی اور نفسیاتی دباؤ خون کی گردش اور بہاؤ میں رکاوٹ کا باعث بنتا ہے۔ غصے کی وجہ سے خون جھنے کا عمل واقع ہوتا ہے۔ تیز رفتار خون کا بہاؤ جیسے ہوئے خون کے ان لو تھروں کو ایک جگہ سے ہٹا کر دوران خون میں آزاد چھوڑ دیتا ہے جو بعد میں خون کی تالیوں میں پھنس کر خون کی روانیت کو روک دیتے ہیں اور یوں غشی یا ہارت ایک کا حملہ بھی ہو سکتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق غصے کے دوران یا بعد میں ہارت ایک کا خطرہ دو گنا ہو جاتا ہے۔

ہارمونز پر ٹینشن کے اثرات

جدید میڈیکل سائنس کے انکشافات کے مطابق جسم کے اندر بہت سی غدودی رطوبتیں پیدا کر خون میں شامل ہوتی ہیں یہ رطوبات جسم کی نشو و نما کا پیچیدہ عمل بڑی باقاعدگی کے ساتھ جاری رکھتی ہیں۔ جسم کا ہر خلیہ کوئی نہ کوئی رقیق مادہ بناتا ہے۔ یہ مادے ”ہارمونز“ اور ”کولیمز“ کہلاتے ہیں۔ صحت کی حالت میں ان کے درمیان عمدہ توازن رہتا ہے لیکن تشویش و اضطراب انہیں درہم برہم کر دیتا ہے۔ یہ عدم توازن ایسے پر اثر انداز ہو کر ذیابیطس کا مرض پیدا کرتا ہے۔ کلھڑکا مرض تھائی رائیڈ غدودوں کے زیادہ متحرک ہونے سے پیدا ہوتا ہے اس کی بڑی وجہ حد سے زیادہ پریشانی اور تشویش بھی ہے۔

بڑی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتا ہے اور ان میں سے بعض بیماریاں نہایت خطرناک اور پیچیدہ شکل اختیار کر لیتی ہیں۔

ماہرین اعصاب نے تحقیق کے بعد پتہ چلایا ہے کہ ذہنی دباؤ اور امراض میں گہرا تعلق ہے۔ فکر و پریشانی اور تناؤ کے حالات طویل عرصے تک برقرار رہنے سے جسم کا نظام مدافعت کمزور اور ناقص ہو جاتا ہے۔ جس کے نتیجے میں جسم میں کئی کیمیائی تبدیلیاں رونما ہونے لگتی ہیں۔ ان سے ہارمونز متاثر ہوتے ہیں اور پورے جسم میں مضمر کیمیائی رد عمل ہوتے ہیں جن سے توانائی میں کمی آتی ہے۔

ٹینشن کئی امراض کا سبب بنتا ہے جن میں سے چند درج ذیل ہیں۔

آنتوں کے دسے کا سبب۔

امراض قلب۔

ہارمونز پر ٹینشن کے اثرات۔

تھکان کا قار مولا۔

آنتوں کے دسے کا سبب

ذہنی دباؤ، جذباتی پہچانات، ٹینشن اور پریشانی جیسے عوامل آنتوں کی زود حسی کی کیفیت میں شدت پیدا کر دیتے ہیں۔

بد ہضمی، دست یا قبض، مسمی، پیٹ میں امینٹن، ذہنی تناؤ اور دیگر کئی پریشان کن امراض کا سبب آنتوں کی زود حسی بھی ہو سکتی ہے۔ جسے طبی ماہرین ”آنتوں کا دسہ“ کہتے ہیں یہ خطرناک عارضہ آپ کو بغیر کسی انفیکشن کے محض ذہنی پریشانیوں سے بھی لاحق ہو سکتا ہے۔

دراصل مریض کے پیٹ کے امراض کا اصل

اندر ہی اندر کڑھنے کے بجائے اسے باہر نکالنا ہی اس کا آسان اور بہتر حل ہے۔

ٹینشن کا تعلق حالات سے ہے۔ جب حالات قابو سے باہر ہو جائیں تو انسان کسی بھی وقت ذہنی دباؤ میں مبتلا ہو سکتا ہے۔ لیکن اس میں مبتلا ہو جانے کے بعد اگر فرد اپنے کردار، سوچ اور رویے کو حقیقی مثبت اور صحت مندانہ خطوط پر استوار کرے اور اپنی صحت کا خیال رکھے تو اس کے برے اثرات سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔

صحت مند ذہن کے لیے صحت مندانہ روایات کو فروغ دیا جائے۔ بڑھتی ہوئی عمر کے بچوں کی غذا اور مناسب ورزشوں کا خاص خیال رکھیں۔ اپنی خوراک اور صحت کی دیکھ بھال عورت کے لیے زیادہ ضروری ہے کیونکہ گھر تو بہر حال عورت سے ہی چلتا ہے۔ ایک صحت مند اور پر عزم عورت ہی بہتر طریقے سے گھر چلا سکتی ہے۔ مرد ہوں یا خواتین دونوں کو ٹینشن سے بچنے یا ٹینشن کے مضر اثرات سے بچنے کے لیے ضروری ہے کہ ہلکی پھلکی ورزش کی عادت اپنائی جائے جو آپ کو بہت سے تناؤ اور تفکرات سے نجات دلا سکتی ہے۔ پیدل چلنا اور یوگا بہترین ورزش ہے۔ اس کے علاوہ پابندی سے نماز پڑھنے، تلاوت کرنے، دوسروں کے دکھ درد میں شریک ہونے سے بھی روحانی و ذہنی سکون ملتا ہے۔ اس کے علاوہ درج ذیل تدابیر اختیار کر کے ذہنی تناؤ سے نجات حاصل کر سکتے ہیں۔

1۔ پوری اور پرسکون نیند (کم از کم آٹھ گھنٹے ضرور نیند لیں)۔

2۔ چہل قدمی اور پیدل چلنا۔

ٹینشن کی وجہ سے گردوں کے اوپر واقع غدود ایڈرینالین زیادہ مقدار میں پیدا کرتے ہیں جو بلڈ پریشر کی بیماری کا باعث بنتا ہے۔ دل تیزی سے دھڑکتا ہے خون کی نالیاں سکڑتی ہیں اور تمام اعضاء کی فطری کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔

تھکان کا فارمولا

ہر وقت پریشان رہنے سے انسان تھکتا ہے۔ پریشان رہنے سے انسانی جسم پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں اور جسمانی قوت کے ذخائر کم ہو جاتے ہیں جس کی وجہ سے انسان تھکن، افسردگی اور مایوسی میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ وزن کم ہو جاتا ہے۔ نیند بخوبی نہیں آتی۔ سانس کی رفتار کم ہو جاتی ہے اور مزاج میں پڑچاپن پیدا ہوتا ہے۔ الغرض ٹینشن انسانی جسم اور صحت کا دشمن ہے اس لیے اس کو معمولی سمجھ کر نظر انداز نہ کریں اور نہ ہی اپنے اوپر طاری کرنا چاہیے۔ بلکہ اس کے سدباب کے لیے کوششیں کرنی چاہئیں۔

ٹینشن کا علاج اور

احتیاطی تدابیر

ٹینشن کسی جنون یا پاگل پن کا نام نہیں ہے۔ کوئی بھی شخص ٹینشن میں مبتلا ہو سکتا ہے۔ اس ضمن میں گھر والوں اور متعلقہ افراد کو چاہیے کہ مریض کے ساتھ محبت اور اپنائیت سے پیش آئیں۔ اس مرض کے ایک ماہر کا کہنا ہے کہ ٹینشن کا ابتدائی اور موثر ترین علاج اچھی گفتگو ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ ان کے پاس جو افراد علاج کے لیے آتے ہیں وہ ان سے کہتے ہیں کہ آپ بولیں، باتیں کریں، اپنے احساسات اور جذبات کو لفظوں میں ڈھالیں، خاموش رہنے یا

3- متوازن غذا (مرغن اور بازار کی اشیاء سے پرہیز کریں)۔

4- اچھے افراد سے تعلقات۔

5- خوشگوار موڈ غیر ضروری کاموں اور سوچوں میں وقت صرف کرنے کے بجائے ایسے عملی نوعیت کے کام انجام دیں جو بامقصد ہوں۔ اس طرح نہ تو وقت کا نقصان ہو گا اور نہ ہی ذہن پر آگندہ خیالات کی آماجگاہ بن رہے گا اور آپ کا موڈ بھی خوشگوار رہے گا۔

6- اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَتَذَكَّرُ الْقُلُوبُ

اجتماع اور یکسوئی کے ساتھ اللہ کی عبادت کرنے سے روحانی اور ذہنی سکون ملتا ہے۔ اللہ پر بھروسہ اور توکل فینشن سے محفوظ رہتا ہے۔

7- صحت مند طرز زندگی اپنائیں۔

بہت بھی آپ محسوس کریں گے کہ آپ

شدید قسم کے دباؤ میں مبتلا ہیں یا آپ کو تھکن ناقابل برداشت محسوس ہو تو تھوڑی سی دیر کے لیے اپنی مصروفیات روک دیں۔ اس بات کی زیادہ فکر نہ کریں کہ یہ کام ارجنٹ یا فوری نوعیت کا ہے۔ تھوڑی دیر کے لیے پرسکون ہونے کی کوشش کریں۔ اپنے معمولات میں تبدیلی لائیں تو اور بہتر ہے۔ کسی تفریحی مقام پر کچھ وقت گزاریں۔ کوئی ایسا کام کریں (مثلاً مطالعہ، باغبانی وغیرہ) جس میں آپ فرحت محسوس کریں۔ کوئی دلچسپ مشغلہ اختیار کیجیے۔ مراقبہ بھی فینشن سے نجات کا ایک بہت موثر ذریعہ ہے۔ مراقبہ بھی فینشن سے نجات کا ایک بہت موثر ذریعہ ہے۔ کسی پرانے دوست سے ٹپ ٹپ کا اہتمام کیجیے۔

کینسر اور بیڈروم کی لائٹ میں گہرا تعلق، سائنسدان

سائنسی تحقیق میں یہ تشویشناک انکشاف ہوا کہ بیڈروم میں موجود روشنیاں ڈیپریشن اور تھکن کا سبب بنتی ہیں۔



اسلام آباد سائنس دانوں کا سبب بنتی ہیں۔ ان کی حالیہ تحقیق میں معلوم ہوا ہے کہ رات کے وقت بیڈروم میں روشنی کی موجودگی اور ٹیلی ویژن آلات سے خارج ہونے والی روشنیاں بالواسطہ طور پر متعدد بیماریوں کا باعث بنتی ہیں۔

یونیورسٹی آف ٹینیسیک سے تعلق رکھنے والے محقق کا کہنا ہے کہ قدرت نے دن جاگنے کے لیے اور رات سونے کے لیے بتائی

ہے۔ رات کے وقت بیڈروم میں روشنی کی موجودگی یا کمپیوٹر، لیپ ٹاپ، ٹیلیویژن یا موبائل فون جیسے آلات سے برآمد ہونے والی روشنی ہمارے جسم کی قدرتی حیاتیاتی گھڑیوں میں گڑبڑ کرتی ہے جس کی وجہ سے جسمانی پارامیٹرز اور جینا بولزم میں بھی تبدیلیاں واقع ہو جاتی ہیں۔ ان تبدیلیوں کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ جسم میں طبعی طور کی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں لیکن افسوسناک بات یہ ہے کہ ہمیں اس حقیقت کا ادراک نہیں ہے۔

بلوغت کا نازکی اور حساس دور

عمر کی دوسری دہائی میں یوں محسوس ہوتا ہے کہ جیسے بچوں کا رویہ اچانک ہی بدل گیا ہے۔ رویے میں تبدیلی کا یہ عمل عموماً چودہ پندرہ برس کی عمر میں ہوتا ہے۔ بچے والدین سے دور دور رہنے لگتے ہیں۔ دوستوں کے حلقے میں ان کا دل زیادہ لگتا ہے۔ وہ جب بھی اپنے ساتھیوں کے درمیان ہوتے ہیں تو بلا حثکان گفتگو کرتے ہیں۔ ماں یا باپ کے سامنے آکر جیسے بولنا ہی بھول جاتے ہیں۔



اسلبرگ نے بیس ہزار سے زائد نوجوانوں کو اپنی تحقیق میں شامل کر کے یہ نتیجہ اخذ کیا کہ جو بچے دور بلوغت میں اپنے والدین سے رابطہ میں رہتے ہیں اور انکی اپنی معاشرے میں اس پر توجہ زیادہ دی جاتی ہے جبکہ ترقی پذیر اور پسماندہ معاشروں میں زیادہ تر تو اسے محسوس ہی نہیں کیا جاتا ہے۔

ماہرین نفسیات کہتے ہیں کہ یہ تبدیلی دور بلوغت کے آغاز کی ایک علامت ہے۔ بچوں میں تبدیلی کا یہ عمل ہر معاشرے میں ہوتا ہے تاہم ترقی یافتہ معاشرے میں اس پر توجہ زیادہ دی جاتی ہے جبکہ ترقی پذیر اور پسماندہ معاشروں میں زیادہ تر تو اسے محسوس ہی نہیں کیا جاتا ہے۔

دور بلوغت میں داخل ہونے والے بچوں سے خوش گو اور تعلقات قائم رکھنا نسبتاً مشکل ہے۔ سمجھدار والدین بھی اس میں دشواری محسوس کرتے ہیں۔ تاہم ان چند رہنما باتوں کو اپنا کر بچوں کو خود سے دور ہونے سے روکا جاسکتا ہے۔ ہر عمر کے بچے اپنی باتیں سنانا چاہتے ہیں۔ نوجوان بچے بھی اسی زمرے میں شامل ہیں چھوٹے بچوں کو پھر بھی گھر کے بڑے توجہ دیتے ہیں لیکن وہ جوں جوں بڑے ہوتے ہیں، گھر کے

ماہرین کا کہنا ہے کہ گیارہ برس کی عمر سے پہلے کے بچے اپنی ہر بات والدین سے کہنا چاہتے ہیں۔ اس وقت والدین ہی ان کی پہلی ترجیح ہوتے ہیں لیکن جوں جوں وقت گزرتا ہے ان کی ترجیحات یکسر بدل جاتی ہیں۔ ان کی پہلی ترجیح دوست ہوتے ہیں ان کے بعد ممکنہ طور پر استاد اور سب سے آخر میں والدین ہوتے ہیں۔

ایسا ہونا غیر معمولی بات نہیں تاہم جو والدین

ماحول، والدین کے رویے، روک ٹوک اور تنقیدی انداز کے باعث اپنے خول میں سمٹنے لگتے ہیں۔
 کو لمبیا میڈیکل سینٹر (نیویارک) سے وابستہ ڈاکٹر کنڈرائس ارکسن کہتی ہیں۔ ”دور بلوغت میں بچہ اپنا اظہار چاہتا ہے۔ اگر گھر کا ماحول ”کہنے“ کے لیے سازگار ہو۔ اسے کسی خوف کے بغیر اپنی باتیں کہنے کی فضا میسر ہو تو وہ گھریبا والدین سے دور نہیں ہو گا۔ عمر کے اس حصے میں نت نئی تبدیلیوں سے دوچار ہونے والے لڑکے اور لڑکیاں اپنے مسائل کے حل کے لیے رہنمائی چاہتے ہیں۔ وہ اپنے مسائل پر تبادلہ خیال کے طلب گار ہوتے ہیں اگر انہیں والدین کا مثبت رویے ملے تو وہ انہی کو دوست بنا لیں گے۔ اپنی عمر اور اپنے جیسے مسائل اور سوچ رکھنے والے دوستوں سے رجوع نہیں کریں گے۔ خوش گوار ماحول میں تبادلہ خیال کے مواقع اس کا بہترین حل ہیں۔ گھر میں ایک ساتھ رات کا کھانا ایسا ہی ایک موقع بن سکتا ہے۔ والدین چاہے کتنے ہی مصروف ہوں انہیں رات کے کھانے کے لیے ایک ساتھ ہونا چاہیے لیکن پوری دنیا میں مشکل تمام جیس فیصد بچوں کو اپنے والدین کے ساتھ مل بیٹھنے کا یہ موقع مل پاتا ہے۔ بچوں کو والدین کی بھرپور اور مثبت توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ نا مساعد حالات میں بھی والدین کی توجہ بچوں کا حوصلہ بڑھاتی ہے۔ انہیں اُسکندہ کامیابیوں کے لیے تیار کرتی ہے۔

تیس برس کے دوران ہزاروں بچوں سے رابطہ کے بعد ایک کتاب کی صورت اپنے مشاہدات کا انچوڑ پیش کرنے والی استانی۔ منسنی روبن کا کہنا ہے۔ ”ممکن ہے بچوں کے ساتھ وقت گزارنا (خواہ رات کے ماحول، والدین کے رویے، روک ٹوک اور تنقیدی انداز کے باعث اپنے خول میں سمٹنے لگتے ہیں۔ کو لمبیا میڈیکل سینٹر (نیویارک) سے وابستہ ڈاکٹر کنڈرائس ارکسن کہتی ہیں۔ ”دور بلوغت میں بچہ اپنا اظہار چاہتا ہے۔ اگر گھر کا ماحول ”کہنے“ کے لیے سازگار ہو۔ اسے کسی خوف کے بغیر اپنی باتیں کہنے کی فضا میسر ہو تو وہ گھریبا والدین سے دور نہیں ہو گا۔ عمر کے اس حصے میں نت نئی تبدیلیوں سے دوچار ہونے والے لڑکے اور لڑکیاں اپنے مسائل کے حل کے لیے رہنمائی چاہتے ہیں۔ وہ اپنے مسائل پر تبادلہ خیال کے طلب گار ہوتے ہیں اگر انہیں والدین کا مثبت رویے ملے تو وہ انہی کو دوست بنا لیں گے۔ اپنی عمر اور اپنے جیسے مسائل اور سوچ رکھنے والے دوستوں سے رجوع نہیں کریں گے۔ خوش گوار ماحول میں تبادلہ خیال کے مواقع اس کا بہترین حل ہیں۔ گھر میں ایک ساتھ رات کا کھانا ایسا ہی ایک موقع بن سکتا ہے۔ والدین چاہے کتنے ہی مصروف ہوں انہیں رات کے کھانے کے لیے ایک ساتھ ہونا چاہیے لیکن پوری دنیا میں مشکل تمام جیس فیصد بچوں کو اپنے والدین کے ساتھ مل بیٹھنے کا یہ موقع مل پاتا ہے۔ بچوں کو والدین کی بھرپور اور مثبت توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ نا مساعد حالات میں بھی والدین کی توجہ بچوں کا حوصلہ بڑھاتی ہے۔ انہیں اُسکندہ کامیابیوں کے لیے تیار کرتی ہے۔

تیس برس کے دوران ہزاروں بچوں سے رابطہ کے بعد ایک کتاب کی صورت اپنے مشاہدات کا انچوڑ پیش کرنے والی استانی۔ منسنی روبن کا کہنا ہے۔ ”ممکن ہے بچوں کے ساتھ وقت گزارنا (خواہ رات کے ماحول، والدین کے رویے، روک ٹوک اور تنقیدی انداز کے باعث اپنے خول میں سمٹنے لگتے ہیں۔ کو لمبیا میڈیکل سینٹر (نیویارک) سے وابستہ ڈاکٹر کنڈرائس ارکسن کہتی ہیں۔ ”دور بلوغت میں بچہ اپنا اظہار چاہتا ہے۔ اگر گھر کا ماحول ”کہنے“ کے لیے سازگار ہو۔ اسے کسی خوف کے بغیر اپنی باتیں کہنے کی فضا میسر ہو تو وہ گھریبا والدین سے دور نہیں ہو گا۔ عمر کے اس حصے میں نت نئی تبدیلیوں سے دوچار ہونے والے لڑکے اور لڑکیاں اپنے مسائل کے حل کے لیے رہنمائی چاہتے ہیں۔ وہ اپنے مسائل پر تبادلہ خیال کے طلب گار ہوتے ہیں اگر انہیں والدین کا مثبت رویے ملے تو وہ انہی کو دوست بنا لیں گے۔ اپنی عمر اور اپنے جیسے مسائل اور سوچ رکھنے والے دوستوں سے رجوع نہیں کریں گے۔ خوش گوار ماحول میں تبادلہ خیال کے مواقع اس کا بہترین حل ہیں۔ گھر میں ایک ساتھ رات کا کھانا ایسا ہی ایک موقع بن سکتا ہے۔ والدین چاہے کتنے ہی مصروف ہوں انہیں رات کے کھانے کے لیے ایک ساتھ ہونا چاہیے لیکن پوری دنیا میں مشکل تمام جیس فیصد بچوں کو اپنے والدین کے ساتھ مل بیٹھنے کا یہ موقع مل پاتا ہے۔ بچوں کو والدین کی بھرپور اور مثبت توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ نا مساعد حالات میں بھی والدین کی توجہ بچوں کا حوصلہ بڑھاتی ہے۔ انہیں اُسکندہ کامیابیوں کے لیے تیار کرتی ہے۔



حتیٰ فیصلے سنا رہا ہے۔ وہ پوری توجہ سے سنا رہا ہے اور مسائل کے حل کے لیے امکانات کے انتخابات میں رہنمائی فراہم کرتا ہے۔

جب بچہ کوئی "حماقت" کر بیٹھے تو اس پر نصیحتوں کی بوچھاڑ مناسب نہیں۔ غلطی کرنے والے بچے کو اپنی حماقت کا اندازہ لگانے کا موقع فراہم کیا جائے تاکہ وہ خود ہی کسی نتیجے پر پہنچے۔ ماہر نفسیات ایلیزبتھ ایلس نے اپنی کتاب میں ایک ایسی ہنسی کا ذکر کیا ہے جو چودہ برس کی عمر میں اپنے والدین کے ساتھ ایک چھوٹے سے قصبے سے ایک بڑے شہر میں منتقل ہوئی تو اس کا واسطہ ایسے دوستوں سے پڑ گیا جو نشہ بھی کرتے تھے۔ ایلیزبتھ نے اس کے والدین سے کہا کہ وہ ہنسی کو اس صورتحال کا تجربہ کرنے پر آمادہ کریں ہنسی نے بتایا کہ جب وہ نئے اسکول میں داخل ہوئی تو وہ اپنے نئے دوستوں کے رویے سے متاثر ہوئی جو اس پر مہربان تھے۔ وہ بھی اس گروپ کا حصہ بن گئی اور انہی جیسے سبب سے اپنا نئے لگی۔ جلد ہی اسے احساس ہو گیا کہ یہ دوستی اس کے لیے مناسب نہیں اور وہ اپنے ان دوستوں سے پیچھا چھڑانا چاہتی ہے۔ یہ نتیجہ اس نے خود ہی اخذ کیا لہذا اس کی آمادگی نے صورتحال کو خراب ہونے سے بچایا۔ یہ بھی ممکن تھا کہ والدین اپنے طور پر سختی کرتے اور اسے خراب دوستوں سے دور رہنے کا پابند بناتے۔ یہ صورت اس میں بغاوت ابھارتی، ایک اہم موقع پر والدین کی مدد رومی اور تعاون نے اسے غلط راہ پر چلنے سے بچالیا۔

توبالغ بچوں کی تربیت میں والدین کا رویہ بھی اہم کردار ادا کرتا ہے۔ بچے اکثر اپنا مقصد حاصل کرنے کے لیے باپ یا ماں میں سے کسی کو استعمال کرتے ہیں۔

یہ جملہ گھرانوں کے لیے ٹانفوش نہیں۔ "مگر ڈیڈی تو منع نہیں کر رہے ہیں۔" والدین کو ایک دوسرے کے خلاف استعمال کرنا ان گھرانوں میں بہت آسان ہے جہاں والدین کے درمیان اختلافات پائے جاتے ہوں۔ بچے اس اختلاف کو بڑی "ہوشیاری" سے اپنے مفاد کے لیے استعمال کرتے ہیں۔

بچوں کے بہتر مستقبل کے لیے ضروری ہے کہ والدین ان کے سامنے ٹکراؤ نہ کریں یقیناً اس پر عمل مشکل ہے لیکن ایسا کیا جاسکتا ہے۔ ممکن ہے کئی صورتوں میں والدین بچوں کے سامنے جھگڑتی ہیں لیکن اس صورت میں ضروری ہے کہ "جھگڑے" کو مناسب انداز سے بچوں کے "علم" میں لاتے ہوئے نمٹالیا جائے۔ یہ اس بات کی علامت ہوگا کہ اب ماں باپ کے درمیان کوئی اختلاف نہیں رہا ایک ہیں۔

میاں اور بیوی کے مابین اختلافات ہو سکتے ہیں لیکن انہیں دور بھی کیا جاسکتا ہے۔ زندگی گزارنے کے لیے سکھوتے کیے جاتے ہیں۔ بالافرض اگر ایسا نہ بھی ہو تو اختلافات کا بچوں کے سامنے اظہار تباہ کن ہو سکتا ہے۔ والدین کے اختیارات مساوی ہونا چاہئیں۔ بچے کی تربیت میں والدین کو ہم آہنگ اور متفق ہونا چاہیے۔

بچوں کی نگرانی بے حد ضروری ہے مگر اس کے ساتھ یہ بھی ضروری ہے کہ انہیں اس نگرانی کا احساس نہ ہو۔ تاہم بچوں کے نزدیک گھر کا ماحول اس انداز سے ہو کہ بچوں کو "پرائیویسی" حاصل ہونے کا احساس رہے۔ گھر کا کوئی گوشہ ایسا ضرور ہونا چاہیے جو انہیں اپنی ملکیت محسوس ہو۔ وہ اس جگہ رہنا پسند کریں۔ یہ گوشہ گھر سے منسلک مگر نسبتاً الگ تھلک ہو جہاں وہ رہ سکیں، کھیل

سکلیں، یادوستوں کے ساتھ وقت گزار سکیں۔

آنے والی ہنگامہ خیز تبدیلیاں بچوں کو بھٹکا سکتی ہیں۔ انہیں بھٹکنے سے بچانے کے لیے تحریر (یا اس حوالے سے کسی مضمون / کتاب) کی مدد لی جاسکتی ہے۔

بہت سی صورتوں میں بچوں کو صرف اور صرف ہمدردانہ رویے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ان کی اداسی یا دکھ کا ازالہ پوچھ چکھ یا جرح سے نہیں ہو سکتا ہے۔ یہ فیصلہ کرنا آسان نہیں کہ کب ایسا کیا جائے تاہم جب بچہ کندھے پر سر رکھ کر رونے میں سکون محسوس کرے تو اسے رونے دیں۔ اس سے کچھ مدت پوچھیں۔ اس کے دل کا غبار چھٹ جائے دیں۔

دور بلوغت سے گزرنے والوں کے لیے اس دور کی باتیں بھولی یا دیریں یادیں بن جاتی ہیں۔ اس اعتبار سے ماہرین "بڑوں" کے لیے بھی رہنمائی ضروری خیال کرتے ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ دور بلوغت سے گزرنے والے بچوں کی تربیت اور پرورش خصوصی اہمیت رکھتی ہے۔ اس عمر کے حصے میں بچے کو صرف اور صرف ایک سمجھدار اور ذہین فرد کی رہنمائی مددگار ہوتی ہے۔ ان کے قریب ایسا فرد ضروری ہے جو وقت پزنی پر ان کی مدد کر سکے۔

بچپن میں یا باپ آپ یہ کردار ادا کر سکتے ہیں۔ دور بلوغت بچے کی آئندہ زندگی پر دور رس اثرات مرتب کرتا ہے۔ وہ بہت سی تبدیلیوں سے گزر کر بہت کچھ سیکھ کر ایک نئی شخصیت میں ڈھلتے ہیں، اس دورانیے میں ان کی حفاظت اور رہنمائی نسبتاً مشکل کام ہے لیکن سمجھدار والدین اپنے "حصول" پر ساری زندگی کے لیے خوشی اور اطمینان کا سرمایہ حاصل کر لیتے ہیں۔



دینی تعلیم

یہ صورتحال اس اعتبار سے مفید ہے کہ اس طرح بچے گھر میں رہتے ہیں، کسی اندیشے کے بغیر اپنی محفل جماسکتے ہیں اور یہ کہ ان کی مصروفیات پر نگاہ بھی رکھی جاسکتی ہے۔ عمر کے اس حصے میں بچے بہت سی جذباتی اور جسمانی تبدیلیوں سے گزرتے ہیں لہذا انہیں لپٹانا، پیار کرنا اچھا نہیں لگتا ہے۔ بیشتر والدین بچے کے اس رویے پر پریشان ہو جاتے ہیں مگر یہ رویہ دور بلوغت کا ایک حصہ ہے۔ بچے عمر کے اس حصے میں والدین سے دور ضرور بھاگتا ہے مگر والدین کو اس سے دور نہیں ہونا چاہیے۔

بچے اور والدین کے درمیان رابطہ کے لیے ضروری ہے کہ والدین وہ انداز اپنائیں جو بچوں کو ان کی باتیں سننے پر آمادہ کرتا ہو اور وہ ان سے اپنی باتیں کہنے میں کوئی جھجک محسوس نہ کریں۔ بہت سی باتیں تحریری صورت میں زیادہ موثر ثابت ہوتی ہیں۔ خصوصاً وہ باتیں جو والدین اپنے بچوں سے کہنا چاہتے ہیں۔ جب آپ کوئی بات لکھتے ہیں تو اس کو موثر بنانے کے لیے زیادہ سوچتے ہیں، کئی بات زیادہ موثر ہو سکتی ہے کہ ان میں موثر دلائل دیے جاسکتے ہیں۔ پھر آپ کو یہ فیصلہ کرنے میں بھی آسانی ہوتی ہے کہ آپ واقعتاً کیا کہنا چاہتے ہیں تو بار بار پڑھی جاتی ہے۔ اس پر زیادہ بہتر انداز سے غور کیا جاتا ہے بہت سے موضوعات پر بچوں کا علم سرسری یا ان کے حلقہ احباب کی کچی کچی معلومات کا حاصل ہوتا ہے۔ بچوں کو ہر اعتبار سے پر اعتماد اور مضبوط دیکھنے کے طلب گار والدین بچوں (خصوصاً لڑکیوں) کو منفی موضوع پر بنیادی اور لازمی معلومات فراہم نہیں کرتے ہیں۔ دور بلوغت میں

ذائقہ بھی علاج بھی

دارچینی

برسات کے دوران اس پر جھنڈ نما انگلی کے برابر موٹی ٹہنیاں اگتی ہیں جنہیں کاٹ لیا جاتا ہے۔ پھر ان ٹہنیوں سے چھال اٹار کر اسے خیر کیا جاتا ہے۔ یہ عمل چوبیس گھنٹے میں پورا ہوتا ہے۔ اس کے بعد بیرونی تہہ کو کھرج کے اٹار دیا جاتا ہے۔ اس کی اندرونی چھال کو وھوپ میں خشک کیا جاتا ہے۔ خشک ہونے کی بعد یہ تقریباً ایک انچ قطر تک خوبصورت پیچیدہ ال خاکی صورت میں ظاہر ہوتی ہے۔ اسی طرح مصنوعی دارچینی کا درخت کیسیا بھی سدا بہار رہتا ہے۔ یہ برما اور جنوبی چین میں بکثرت پائے جاتے ہیں، اس کی چھال گہرے رنگ کی اور موٹی ہوتی ہے۔ اسے بھی سورج کی روشنی میں خشک کیا جاتا ہے۔ یہ اصلی دارچینی کے مقابلے میں بلی اور موٹی ہوتی ہے۔ یہ دیکھنے میں بھی اتنی خوبصورت نہیں ہوتی جتنی اصلی دارچینی ہوتی ہے چونکہ یہ سستی ہوتی ہے اسی لیے بازار میں بآسانی دستیاب ہوتی ہے۔ یہ ذائقہ میں تیز ہوتی ہے اور اس کا پتہ جو تیز پتہ کہلاتا ہے سالہ جات کا ایک اہم حصہ ہے۔

دارچینی ایک قدیم خوشبودار جڑی بوٹی ہے، جو مسالے کے طور پر استعمال ہوتی ہے، پڑاؤ دوا بھی ہے۔ روایات سے ٹھنڈ، فلو اور نظام ہاضمہ کے مسائل کے حل کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔

صدیوں سے بطور خوشبو پکچن کے مقبول ترین مسالے کے علاوہ دارچینی کی طویل تاریخ زخم مندمل کرنے والی جڑی بوٹی کے طور پر بھی ہے۔ سن 2700 قبل مسیح سے بھی پہلے دارچینی قدیم طریقہ علاج میں

ناک کی بند رکاوٹوں اور دھیمی کھانسی سے آرام حاصل کرنے کے لیے استعمال کی جاتی تھی اس کے بہت سے روایاتی

استعمالات کو اب جدید سائنس کی تائید بھی حاصل ہو گئی ہے۔ دارچینی خطہ جدی کے درمیانی علاقوں سے جڑی بوٹی ہے۔ یہ مسالہ از خود دو مختلف درختوں سوئیمن ڈاکٹیلینیم اور سوئیمن کیسیا کی درمیانی خشک چھال سے ہے۔

ماہرین کے مطابق اصلی دارچینی کا درخت سوئیمن ڈاکٹیلینیم ہے جو سری لنکا میں پایا جاتا ہے۔ سوئیمن ڈاکٹیلینیم کا درخت سرخی مائل نرم کھنکھ

چھال اور پیٹے پھولوں کے ساتھ سدا بہار رہتا ہے۔ ہر دوسرے سال موسم

کچن میں اس کا استعمال

ایشیاء بھر کے پکوانوں میں دارچینی بہت استعمال کی جاتی ہے، یہ گرم مسالے کا اہم جز ہے اور چٹ پٹے کھانوں کی اقسام میں اضافہ کرتا ہے۔ مشرق وسطیٰ



بہت زیادہ ہے جن میں کسی بھی عضو میں حرکت پیدا کرنے کی خصوصیات پائی جاتی ہیں۔

حلق کے مسائل

کے لیے طاقتور دوا

روایتی چینی ڈاکٹر اور بھارتی طبیب صدیوں سے دار چینی کو اکثر اورک کے ساتھ ملا کر عمل تنفس کے مسائل خصوصاً کھانسی، حلق کی جھلی کی سوجن اور دمہ کے علاج کے لیے تجویز کرتے ہیں۔ یہ خوشبودار مسالہ جسمانی اور ذہنی تھکن، ڈپریشن، فلو اور مختلف وائرل انفیکشن سے نجات دلانے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ یہ جسم کو ہلکا چلاک اور ذہن کو پرسکون کرتا ہے۔ اندرونی طور پر تحریک پیدا کرنے والی دار چینی جسم کو گرم رکھتی ہے۔ قوت حیات کو بڑھاتی ہے۔ دوران خون کو تیز کرتی ہے اور خون میں سے فاسد مادوں کو نکال کر اسے صاف کرتی ہے۔ کھانسی اور نفل کے اثرات نمایاں ہوتے ہی دار چینی کی چائے پیئیں یا گرم پانی میں دار چینی ڈال کر اس کا رس نکالیں پھر اس میں لیموں کا رس اور ایک چائے کا چمچ شہد ملا کر پیئیں۔ یہ ہر موسم میں ہونے والے فلو کے لیے بہترین ہے۔

دار چینی اور شہد مختلف

بیماریوں کے لیے شفاء

امریکی اور کینیڈین ماہرین کی تحقیقات کے مطابق شہد اور دار چینی مختلف بیماریوں کے لیے بہترین دوا ہیں۔ کچھ بیماریوں کے لیے انہیں کیسے استعمال کیا جائے....؟ درج ذیل میں بیان کیا جا رہا ہے۔

دل کے امراض

شہد اور دار چینی کا مکسچر بتائیں، اسے روٹی، ڈبل

میں عام طور پر گوشت کا دم پخت بناتے ہوئے اسے شامل کیا جاتا ہے۔ خصوصاً بھیڑ اور بکرے کے گوشت سے بنی ہوئی ڈشوں میں استعمال لازم ہے۔ جبکہ مغربی کھانوں میں یہ ایک اور دم پخت پھلوں میں ذائقہ پیدا کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ دار چینی ثابت اور پاؤڈر دونوں شکلوں میں کافی استعمال ہوتی ہے اس کا پاؤڈر دودھ، مشروبات، کسٹرڈ، ایک، پیسٹری اور سیب کی پائی جیسے میٹھوں پر چھڑکا جاتا ہے۔ پاکستانی اور انڈین کھانے بھی اس کے بغیر نامکمل تصور کیے جاتے ہیں۔ مرغی کھانوں کو ذائقہ دار بنانے کے لیے دار چینی کا استعمال عام ہے اس کے علاوہ پلاؤ اور بریانی میں بھی اس کی شمولیت ضروری ہے۔ بخنی کو ذائقہ دار بناتا ہے اور اس میں سے گوشت کی بو کو ختم کرتا ہے۔ یہ کھانے کو زود ہضم بھی بناتی ہے۔

معالجاتی اہمیت

اگرچہ دار چینی کو کچن کے بہترین خوشبودار مسالے کے طور پر جانا جاتا ہے لیکن اس میں صحت یاب کرنے کی ممتاز اور قابل ذکر خصوصیات موجود ہیں۔ یہ جریان خون، فلو، بخار، ریاچ، متسی اور خرابی معدہ کو ختم کرنے میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔ یہ آنتوں میں سے گیس خارج کرنے میں مدد دیتی ہے۔

دار چینی کا بد ہضمی اور زخموں کو معطل کرنے کا روایتی استعمال جدید سائنس سے بھی تائید پا چکا ہے۔

بہت سے دوسرے پکانے والے مسالہ جات کی طرح یہ بھی طاقتور جراثیم کش ہے۔ یہ مختلف اقسام کے بیکٹریا، فنگس اور وائرس کا خاتمہ کر سکتا ہے۔ دار چینی کی معالجاتی اہمیت اس کے اندر پائے جانے والے دو خاص تیلوں ایوجینول اور سینملڈھڈی کی وجہ سے

متاثرہ حصے پر لگائیں۔ یہ جلد کے انفیکشن کے لیے مفید بتایا جاتا ہے۔

کینسر

آسٹریلیا اور جاپان میں ہونے والی ریسرچ کے نتائج کے مطابق معدہ اور ہڈیوں کے بڑھے ہوئے کینسر ختم کرنے میں دار چینی نے اہم کردار ادا کیا ہے۔ ان کینسر کی ایڈوانس اسٹیج میں مبتلا مریضوں کو روزانہ ایک کھانے کا چمچ شہد اور ایک چائے کا چمچ دار چینی کا پاؤڈر دن میں تین مرتبہ استعمال کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

کیل مہاسے

تین کھانے کے چمچ شہد اور ایک چائے کا چمچ دار چینی کے پاؤڈر کا پیسٹ رات کو سونے سے پہلے لگائیں اور صبح نیم گرم پانی سے دھو لیں۔ دو ہفتے تک روزانہ اس کا استعمال کیل مہاسوں کو ختم کرنے میں مفید ہے۔



روٹی یا پراٹھے پر جام اور جیلی کی جگہ لگا کر روزانہ کھائیں۔ یہ کولیسٹرول کو کم کرتا ہے اور ہارٹ ایکٹ ہونے کے امکانات میں بھی کمی واقع ہوتی ہے۔ اس کا باقاعدہ استعمال دل کی دھڑکن کو مضبوط کرتا ہے۔

بال گرنا

بال گرنے کی صورت میں گرم زیتون کے تیل میں ایک کھانے کا چمچ شہد، ایک چائے کا چمچ دار چینی کا پاؤڈر ملا کر مرکب تیار کر لیں۔ اب نہانے سے پندرہ منٹ پہلے بالوں میں لگائیں اور پھر بال دھو لیں۔ یہ بالوں کو گرنے سے روکنے میں مددگار ہے۔

کولیسٹرول

سولہ اونش چائے کے قہوہ میں دو کھانے کے چمچ شہد اور تین چائے کے چمچ دار چینی کا پاؤڈر ملا کر دن میں دو مرتبہ پینے سے ہر قسم کا کولیسٹرول کم ہوتا ہے۔

اسکن انفیکشن

دار چینی پاؤڈر اور شہد کی برابر مقدار ملا کر اسے

سب سے زیادہ پیسے کمانے والا استاد

ٹینٹک کے پروفیشنل سے لوگ شاید لاکھوں نہیں کما سکتے لیکن جنوبی کوریا کا ایک استاد ایسا بھی ہے جس کی آمدنی بڑے بڑے فلمی ستاروں سے زیادہ ہے اور جو ہر ماہ کروڑوں روپے کما تا ہے۔ کیم کی ہون نامی یہ استاد ہر سال چالیس لاکھ ڈالر سالانہ کما تا ہے۔ آپ سوچ رہے ہوں گے کہ وہ کس طرح پیسے کما تا ہے، تو اس کا طریقہ بہت آسان ہے۔ موصوف نے اپنے آن لائن کچنر، ٹیپ، سی ڈیز ریکارڈ کروا کر رکھی ہوئی ہیں اور زیادہ تر بچوں سے ان کے ذریعے ماہی بچے میں رہتے ہوئے انہیں تعلیم کے زیور سے بہرہ ور کرتا ہے۔ یہ ایک طریقہ تعلیم Hagwons ہے جس میں بچوں کو آن لائن تعلیم دی جاتی ہے۔ انٹرنیٹ کے تیزی سے فروغ کے بعد یہ طرز تعلیم جنوبی کوریا میں بہت تیزی سے مشہور ہوا ہے۔



اس میں انسانوں کے لئے شفا ہے

شہد کا باقاعدہ استعمال جسم میں بیماریوں کے

خلاف قوت مدافعت میں اضافہ کرتا ہے۔

شہد میں کئی امراض کے لئے شفا ہے۔

بیماری کے بعد ہونے والی کمزوری کو دور کرتا ہے۔

جلد کی حفاظت کرتا ہے۔

دماغ، اعصاب اور نظر کو تقویت دیتا ہے۔

قوت میں اضافہ کرتا ہے۔

AZEEMI'S

FLORA

HONEY

**AZEEMI'S
FLORA
HONEY**

Packed By:

AZEEMI LABORATORIES

Ph:021-36604127

کراچی میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں
یا ہوم ڈیلیوری کے لئے ہمیں فون کیجئے۔

دہی

جبکہ خالص دودھ سے بنے
دہی میں معدنیات کی نسبت کم
ہوتی ہے۔ جیسے ایک کپ
خالص دودھ سے بنے دہی میں
پروٹین سات گرام اور کیلشیم
272 ملی گرام ہوتا ہے۔

دہی میں وٹامنز بھی کافی
مقدار میں موجود ہوتے ہیں۔
دہی کے ایک کپ میں وٹامن کے
170 انٹرنیشنل یونٹ ہوتے ہیں

اور وٹامن بی ون ایک ملی گرام۔
تھیامین چوالیس ملی گرام، ریپو
فلاون دو ملی گرام، نیا سین دو ملی گرام ہوتے ہیں۔ یہ
سب وٹامن بی ہیں اسی طرح اس میں کوریک وینڈ وٹامن
سی کے بھی صرف دو ملی گرام ہوتے

ایک مکمل غذا

فلاون دو ملی گرام، نیا سین دو ملی گرام ہوتے ہیں۔ یہ
سب وٹامن بی ہیں اسی طرح اس میں کوریک وینڈ وٹامن
سی کے بھی صرف دو ملی گرام ہوتے ہیں۔

دہی ذائقہ کرنے والوں کے لیے
بہترین غذا ہے کیونکہ ایک کپ مکھن نلکے دودھ
میں 125 کلو کالری
تھرا ہے (سیورس)
ہوتے ہیں اور

غذائیت کے اعتبار سے دہی دودھ
کی طرح ہوتا ہے۔ اس میں نہ صرف
پروٹین بہت زیادہ ہوتی ہے بلکہ کیلشیم، وٹامن
اے اور بی بھی کافی مقدار میں ہوتا
ہے۔ دوسرے کئی منز اور
وٹامنز بھی تھوڑے تھوڑے
موجود ہوتے ہیں۔ گائے کے
مقابلے میں بھیٹس کے دودھ کا
دہی زیادہ توانائی اور غذائیت رکھتا ہے۔

اس میں چکنائی، پروٹین اور
دوسرے غذائی اجزاء نسبتاً زیادہ
ہوتے ہیں۔ دہی کے پانی میں بھی
منزلزہ معدنیات اور وٹامنز کی خاصی موجود ہوتی ہیں
کیونکہ یہ دودھ کا پی پانی ہوتا ہے جو دودھ کے بننے یا دہی
بننے کی وجہ سے اوپر آ جاتا ہے۔

دہی کھانوں کو لذت دینے کے علاوہ
جستار غذائیت کا بھی حامل ہے۔ دہی
پاشیم ہونے کے باعث کھانوں کو ہضم کرنے میں معاون
ہے۔ دہی آٹھوں کے نظام کو درست رکھتا ہے۔ دہی میں
پروٹین کی خاصی مقدار پائی جاتی ہے جو جسمانی خلیوں
اور پٹھوں کی نشوونما، خون کے سرخی خلیوں کی تعمیر اور
قوت مدافعت میں اضافے کا سبب بنتا ہے۔

مکھن نکالے ہوئے دودھ سے بنائے گئے، ایک
کپ دہی میں مذکورہ مقدار میں معدنیات پائی جاتی
ہے۔ (پروٹین آٹھ گرام، آئرن 0.1 ملی
گرام، کیلشیم 294 ملی گرام، فاسفورس 270 ملی
گرام، پوناٹیم پچاس ملی گرام،
سوزیم انیس ملی گرام)۔

مئی 2015ء



کر دیتی ہیں۔

دہی طوالت عمر و زندگی کے ساتھ ساتھ جسمانی توانائی بھی فراہم کرتا ہے۔ دہی کو وہ لوگ بھی ہضم کر لیتے ہیں جو دودھ ہضم نہیں کر پاتے یا جنہیں دودھ پینے سے گیس کی شکایت ہوتی ہے۔ دہی میں پایا جانے والا پروٹین آسانی سے ہضم ہو کر جزو بدن بن جاتا ہے کیونکہ دہی کے پروٹین میں دودھ سے دہی بننے کے عمل کے دوران فولک ایسڈ، وٹامنز اور بعض معدنیات کا اضافہ ہو جاتا ہے۔

دہی نو عمر بچوں اور عمر رسیدہ افراد کے لیے بہترین غذا ہے کیونکہ دہی میں موجود پروٹین جلد ہضم ہو جاتے ہیں۔

چھاپچھ کی بھی دہی جیسی ہی غذائی اہمیت ہے اور یہی حال لسی کا ہے۔ ایک حصہ پانی اور تین حصہ دہی سے بہترین لسی تیار ہوتی ہے لیکن دہی میں مزید کمی بھی کی جاسکتی ہے۔ چھاپچھ دہی کی نسبت زیادہ ہاضم ہوتی ہے۔ اس میں چکنائی اور ٹھوس دہی کم ہوتا ہے۔ اس لیے یہ ہلکی بھی ہوتی ہے۔ اسی بنا پر اسے مصنوعی آب حیات بھی کہتے ہیں۔ جسم کے زہریلے اور فاسد مادے کو نکالنے میں اور جسم کی توانائی اور تازگی کی بحالی میں چھاپچھ بہترین کام کرتا ہے۔ یہ تلی ہوئی چیزوں کے بھاری اور بادی پن نیز مٹھائی وغیرہ کے ہاضمے کے لیے بھی لاجواب ہے۔

دہی سے چہرے اور جسم کی خوبصورتی کا کام بھی لیا جاتا ہے۔ دہی میں موجود مفید بیکٹیریا جلد کو نرم اور چمکدار بناتے ہیں۔

۱۔ دہی میں لیسن یا اورنج جو سما کر اچھے قسم کا فیس کلینر بنایا جاسکتا ہے۔ مقدار کا تعین اپنے چہرے کے

خالص دودھ کے دہی میں صرف 150 حرارے ہوتے ہیں۔ دوسرے یہ کہ چکنائی اور کاربوہائیڈریٹس کی مقدار بھی بہت معمولی ہے۔ ایک کپ دہی میں کاربوہائیڈریٹس صرف بارہ سے تیرہ گرام ہوتے ہیں اور چکنائی صرف چار سے آٹھ گرام۔ دہی میں سلینک ایسڈ یا لیکٹوز دوسری خیر شدہ غذاؤں کے مقابلے میں تین گنا زیادہ ہوتا ہے جو توانائی فراہم کرنے کے علاوہ آنتوں کو صحت مند بناتا اور ہاضمہ درست کرتا ہے بلکہ وزن کم کرنے میں بے حد معاون اور فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ کم حراروں کی وجہ سے دہی ڈائننگ کرنے والوں اور موٹے افراد کے لیے بہترین غذا ہے۔

گزشتہ صدی کے ابتدا میں 1908ء کے نوبل پرائز یافتہ "ایلی مگوفانے" دہی کے طبی خواص پر تحقیق کی تو یہ بات معلوم ہوئی تھی کہ بلغاریہ کے باشندوں کی طویل عمری کا سبب دہی کا بکثرت استعمال ہے۔ دہی اپنے اندر غذائی جزیات کے ساتھ ساتھ متعدد امراض کے خلاف مدافعتی قوت اور اثرات رکھتا ہے۔ فرانس کے لوگ دہی کو "حیات جاوداں" کا نام دیتے ہیں۔ امریکی دہی کو پانچ اہم معجزاتی غذاؤں میں شمار کرتے ہیں۔

خالص دودھ کے مقابلے میں دہی جلد ہضم ہو جاتا ہے اور ساتھ ساتھ آنتوں میں "فلورا" نامی بیکٹیریا کی خاصی تعداد قائم رکھتا ہے جو نظام ہضم اور تیزابیت روکنے کے لیے ضروری ہیں۔ دہی پیٹ کے اندر مختلف بیکٹیریا کے انکیشن کو روکتا بھی ہے اور غذا کو سڑانہ سے بچاتا ہے اسی لیے اینٹی بائیوٹک ادویات استعمال کرانے والے اچھے ڈاکٹر مریض کو دہی کا استعمال کرواتے ہیں کیونکہ اینٹی بائیوٹک ادویات فلورا نامی بیکٹیریا کو ختم

طرح ملا دیں۔ سادی روٹی، چاول، بیسی روٹی یا پکڑوں کے ساتھ کھائیں۔ اگر ایک کپ چاول پکا کر اس دہی میں ملا دیں تو ایک الگ ڈش تیار ہو جائے گی اسے بگھارے دہی والے چاول کہتے ہیں۔

دہی سال

اشیاء: دہی ایک کپ، پانی ایک کپ، سرخ مرچ ایک چائے کا چمچ، دھنیا آدھا چائے کا چمچ، میٹک ایک چمچی، نمک حسب ذائقہ، مکئی یا گندم کا آٹا ایک چائے کا چمچ، تیل دو کھانے کے چمچ، رائی آدھا چائے کا چمچ، ثابت زیرہ آدھا چائے کا چمچ، کڑی پتا آٹھ یا دس پتے، ہرا دھنیا گارنشنگ کے لیے۔

ترکیب: دہی کو اچھی طرح پھیٹ لیں۔ سرخ مرچ، دھنیا اور نمک کو تھوڑے سے پانی میں گھول لیں۔ تیل گرم کر کے رائی اور زیرے کو ساتھ کڑکڑا لیں۔ پھر میٹک، کڑی پتا اور مرچ دھنیے کا محلول ڈال کر چند منٹ پکائیں۔ سالہ بھن جانے پر دہی بھی ملا دیں اور ابال آنے تک چلاتے رہیں پھر گھولایا آٹا شامل کر دیں اور گاڑھا ہونے تک پکائیں۔ سرو کر کے دھنیا اور دھنیا شامل کر دیں۔ روٹی، پراٹھے، چاول یا پکڑوں کے ساتھ کھائیں۔ اسی پکوان میں مزید اضافہ یا جدت کرنا چاہیں تو آنے کے ساتھ ساتھ کوئی بھی پسندیدہ سبزی، آلو، سبز یا بنر بھی شامل کر کے مزید ارسبزی تیار کی جاسکتی ہے۔

دہی کے میٹکے پکوان

دہی مسر

اشیاء: دہی آدھا کلو، پست 125 گرام، کاجو 125 گرام، چینی (پسی ہوئی) 150 گرام، بادام 125 گرام، الائچی پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، دودھ ایک

لٹا سے خواتین خود کر سکتی ہیں یا پھر ایک کپ دہی میں ایک کھانے کا چمچ اور نچ جوس یا لیمن جوس (خالص عرق) اچھی طرح ملا لیں اور پھرے نیز گردن اور ہاتھوں پر لگائیں۔ پندرہ منٹ بعد نرم کپڑے یا نشو پپہر سے صاف کر کے صاف پانی سے دھولیں۔

2- پھلڑے کے لیے دہی اور بیسن کا پیسٹ (پھرے کی کیفیت اور پھلڑے کی تعداد کے لحاظ سے دہی و بیسن کا تناسب خود طے کریں) لگا کر دس سے پندرہ منٹ بعد دھولیں۔
3- بالوں کی کنڈیشننگ کے لیے خالص دہی بالوں اور بالوں کی جڑوں میں اچھی طرح چار سے پانچ منٹ تک بیٹھے میں ایک مرتبہ ضرور مساج کریں پھر چند منٹ بعد دھولیں یہ بالوں کو نرم، صحت مند اور مضبوط بناتا ہے۔
4- یرقان کے لیے دہی یا چھانچہ میں شہد ملا کر کھانے کے طور پر کھانا بے حد مفید ہے۔ چھانچہ اور دہی کا کھانا اور لگانا چنبیل اور ایگزیرما کے لیے بھی مفید ہے۔
دہی سے بہترین پکوان بھی تیار کیے جاتے ہیں۔
ہم آپ کے لیے یہاں دو نمکین اور دو میٹھے پکوان کی ترکیب بھی کر رہے ہیں۔

دہی کے نمکین پکوان

دہی دھری

اشیاء: دہی (پھیٹ لیں) دو کپ، خوردنی تیل ایک کھانے کا چمچ، رائی آدھا چائے کا چمچ، اورک (کٹی ہوئی) ایک انچ کا ٹکڑا، ہری مرچ (کٹی ہوئی) دو یا تین عدد، کڑی پتا چند پتے، نمک حسب ذائقہ۔
ترکیب: تیل گرم کر کے (کڑکڑائے)

کڑی پتا یا رائی، اورک، ہری مرچ ڈال دیں، ہکا براؤن ہونے پر اتار کر نمک کے ساتھ دہی میں اچھی

مئی 2015ء

کھانے کا چمچ، اخروٹ ایک کھانے کا چمچ۔

چوتھائی چائے کا چمچ، الائچی آدھا چائے کا چمچ،
زعفران ایک چوتھائی چائے کا چمچ، دودھ تھوڑا سا
زعفران گھولنے کے لیے۔

ترکیب: دی کا پانی نھار لیں۔ اچھی طرح
پانی نھار لینے کے بعد دی کو پھینٹ کر کریم
جیسا بنالیں۔

اسی کریم جیسے دی میں چھنی ملا دیں اور پھر
پھینٹ لیں تاکہ مزید نرم ہو جائے۔ پھر گھلا ہوا
زعفران، بادام، جائفیل پاؤڈر اور الائچی پاؤڈر اچھی
طرح ملا کر خوب ٹھنڈا کر لیں۔ مزیدار دی کا
مینھتیار ہے۔

ترکیب: دی اور چھنی کو اچھی طرح ملانے
اور چھیننے کے بعد باریک ملل کے کپڑے پر رکھ کر
تھوڑا پانی نھار لیں۔ (نھارا ہوا پانی ضائع کرنے کے
بجائے پیا جاسکتا ہے، خوش ذائقہ ہو گا۔)

نھاری ہوئی دی کسی شیشے یا پلاسٹک کے پیالے
میں ڈال کر پست، بادام، کاجو، اخروٹ اور دودھ میں
گھلا زعفران ڈال کر دی کے ساتھ اچھی طرح ملا
لیں۔ مزیدار مینھتیار ہے۔

دی کا میٹھا

اشیاء: دی ذرا کلو، چھنی تین چوتھائی
کپ، بادام کٹا ہوا ایک کھانے کا چمچ، جائفیل ایک



آئن اسٹائن سے زیادہ ذہین لڑکا

کیا آپ سولہ سالہ ام کیٹی ٹیپ باریٹ کے
بارے میں کچھ جانتے ہیں؟... ان اسٹائن کو دیکھیے یہ



ایک مشہور امریکی یونیورسٹی میں پی ایچ ڈی کرنے والے اور اس کے اساتذہ کا کہنا ہے کہ یہ آئن اسٹائن کی جگہ
چھپے چھپے دے گا۔ جیکب کی والدہ کرٹین باریٹ بتاتی ہیں کہ جب
ان کا پیارا دل کا تھا تو ڈاکٹروں نے اسے ذہنی بیماری کا مریض
بتایا۔ ان کا کہنا تھا کہ بچہ ساری عمر ذہنی معذوری میں گزار دے گا
اور شاید وہ کبھی بھی بولنا نہ سکے۔ ان کا یہ بھی کہنا تھا کہ اس کے
لئے زندگی کے معمولی کام حتیٰ کہ اپنے جوتوں کے تسمے باندھنا بھی
مشکل ہو گا۔ غمزدہ والدین نے اس بچے کو گھر پر ہی کچھ سکھانے کی
کوشش شروع کی اور وہ یہ جان کر حیران رہ گئے کہ رفتہ رفتہ اس کی ناقابل یقین صلاحیتیں سامنے آرہی تھیں۔ اس
نے حیرت انگیز قابلیت کا مظاہرہ کیا اور عام بچوں سے کہیں زیادہ تیزی کے ساتھ تعلیم حاصل کرنا شروع کر دی، آج
اس کی عمر سولہ سال ہے لیکن یہ مشکل ترین مضمون کا اسٹڈنٹ میں پی ایچ ڈی کر رہا ہے۔ وہ اپنے سے دگنی عمر کے
طلباء کو سیکولس اور ملینکس جیسے مضمون پڑھاتا ہے اور بعض مرتبہ پیچیدہ مسائل کو حل کرتے ہوئے اپنے عمر رسیدہ
پروفیسرز کو بھی حیران کر دیتا ہے۔ جیکب کا آئی کیو لیول 171 ہے اور اس کے اساتذہ کا کہنا ہے کہ وہ بیسویں صدی
کے عظیم ترین سائنسدان آئن اسٹائن سے بھی زیادہ ذہین و فطین ہے۔

پریشر کا کم ہو جانا، پیاس لگنا حتیٰ کہ مرگی کے دورے جیسی علامات بھی پیدا ہو سکتی ہیں۔ فاسفورس ہڈیوں کی نشو و نما کے لیے ضروری عنصر ہے۔ سلفر ہر پورنو پلازم کا ناگزیر جزو ہے۔ جو دماغ، اعصاب اور خون سے متعلق بیماریاں کنٹرول کرتی ہے۔ روزانہ ایک دو کھیرے کھانے سے یہ خاص اجزاء آپ کو آسانی سے میسر آسکتے ہیں۔

کھیرے کو سلاڈ اور دوسری ہیزیوں کے ساتھ بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ سلاڈ کے لیے چکن، مولی، نمائز، گاجر، بند کو بھی اور کھیرے کی

ایک پلیٹ دوپہر کھانے کے ہمراہ اپنی طرح چبا کر کھائیں، قبض کی شکایت نہیں رہے گی۔ جسم میں چستی پیدا ہوگی اور طبیعت ہشاش بشاش رہے گی۔

اس ہیزی کو قدرت نے انسانوں کے لیے ادویاتی اور دافع امراض خصوصیات کا مرکب بنا دیا ہے۔ یہ خون کے لیے ضروری کھارا پن کو خود کار

کھیر ایسی ہیزیوں میں سے ایک ہے جو ہمارے ملک میں وسیع پیمانے پر کاشت کیا جاتا ہے۔ کھیرا کھانے سے ٹھنڈک اور تازگی کا احساس ابھرتا ہے۔ موسم کی شدت کو کم کرنے کے لیے

کھیرے میں تقریباً تمام لوازمات موجود ہیں۔ کھیرے کی کئی اقسام ہیں جو شکل، جسامت اور رنگ

میں مختلف ہیں۔ ہلکے ہیز رنگ سے لے کر گہرے ہیز رنگ میں یہ ہیزی مل جاتی ہے۔ کھیرے میں جسمانی ضرورت کے لیے نہایت اہم معدنی اجزاء پوٹاشیم، سوڈیم، میگنیشیم، گندھک، سیلی

کون، کلورین اور فلورین پایا جاتا ہے۔ ایک سو گرام کھیرے میں ان اجزاء کے علاوہ تقریباً دس ملی گرام نیلشیم اور پچیس ملی گرام فاسفورس ہوتی ہے۔ اس مقدار میں

96.3 فیصد پانی بھی ہوتا ہے۔ شدید گرمی میں پسینہ زیادہ آنے کی وجہ سے جسم میں کئی ضروری نمک خارج ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح زیادہ مقدار میں اسہال یا قے آنے سے بھی جسمانی نمکیات میں خطرناک حد تک کمی

آ جاتی ہے۔ اسے طبی اصطلاح میں ڈی ہائیڈریشن کہتے ہیں۔ جسم میں ان نمکیات کے عدم توازن سے پٹھوں کی کمزوری، ریشہ، پڑمردگی، ذہنی افسردگی، اعصابی کھنچاؤ، چڑچڑاپن، جلد میں خفی، زبان کا خشک ہونا، بلند

مئی 2015ء



چھیل کر اس کے قتلے بنا کر چہرے پر کچھ دیر کے لیے لگا دیے جاتے ہیں۔ کھیرے کے معدنی اجزاء پانی اور ٹھنڈک چہرے کی جلد میں جذب ہو کر جلد کی عمر میں اضافہ کرتے ہیں۔ چہرے کی جلد کے لیے کھیرے کے ماسک سے بہتر ٹانگہ شاید دوسرا کوئی نہیں۔ اس ماسک کا باقاعدہ استعمال چہرے کی خشکی کو ختم کر دے گا۔ جلد پر سلوٹس یا جھریاں نمودار نہیں ہوں گی۔ مکمل مہاسے اور جھائیاں غائب ہو جائیں گی۔

کھیرے میں سلفر اور سیلیکون کے اجزاء کی خاصی مقدار پائی جاتی ہے۔ یاد رکھیں یہ عناصر آپ کے بالوں کی نشوونما میں بھی بنیادی کردار ادا کرتے ہیں۔ کھیرے کا استعمال یا اس کے جوس کا ایک گلاس روزانہ پینا آپ کے بالوں کو بھی لمبا، گھنا اور چمکدار بناتا ہے۔



عظیمی کی ہوم ڈیوری اسکیم

عظیمی کی مصنوعات مثلاً وزن کم کرنے کے لیے مہز لین ہربل ٹیبلیٹ، سن ریز ہربل شیمپو، شہد، بالوں کے لیے ہربل آئل، رنگ گورا کرنے والی ہربل کریم شین سم اور دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔

مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے:

021-36604127

درخانہ نمائندگی

طریقے سے قائم رکھنے میں مدد فراہم کرتا ہے اور خون کی اضافی تیزابیت کو دور کرتا ہے۔ کھیرا پیشاب کو کھل کر لانے کا موجب ہے۔

اگر معدے میں تیزابیت زیادہ ہے، سینے میں جلن ہوتی ہے، کھٹی ذکار آتی ہے یا منہ میں پانی بکثرت آتا ہے، تو کھیرے کا جوس استعمال کریں۔ دو تازہ کھیرے لیں ان کو دھو کر جو سر مشین کے ذریعے جوس نکالیں۔ دو تین گھنٹے کے وقفے سے استعمال کریں۔ معدے کی تیزابیت میں کمی ہو کر السر کو آرام آئے گا۔ پر تکلف اور چٹ پٹی مسالے دار غذا کے بعد پیٹ میں جلن محسوس ہو رہی ہو تو کھیرے کا جوس ضرور استعمال کریں تاکہ قدرتی طریقے سے معدے کی اصلاح ہو جائے۔

کھیرے کے بارے میں یہ غلط تاثر عام ہے کہ اس کے کھانے سے ہیضہ ہو جاتا ہے۔ ہیضہ اس کھانے سے ہوتا ہے جو ہمارے ماحول سے کھیرے کو جراثیم زدہ کر دیتی ہوتی ہے۔ وگرنہ بڑے بڑے مستند حکمانے پیسے کے مرض کے دوران کھیر امرینضوں کو استعمال کروایا ہے۔ کھیرے کے جوس میں پوٹاشیم کی کافی مقدار ہوتی ہے، گردے میں پتھری اور پیشاب کی جلن میں ان کو استعمال کرنا چاہیے۔ اسے پیس کر وہی میں ملا کر کھانے سے گردے اور اس کی مایوں میں موجود پتھری حل ہو جاتی ہے۔ پیشاب کی جلن ختم ہو جاتی ہے اور پیشاب کھل کر آتا ہے۔

یہ خواتین کی نزاکت اور نفاست کو قائم رکھتا ہے کیونکہ اس کے استعمال سے چہرے کی جلد تروتازہ رہتی ہے۔ گھروں اور بیونی پارلرز میں کھیرے کا ماسک استعمال کروایا جاتا ہے۔ زیادہ تر کھیرے کو

اسٹریپٹا

فلک تار



لذیذ اور مقناحیت سے بھرپور نئی دستور کی یہ ترکیبیں
آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ کر دیں گی۔

ڈرائی ڈیشس حلوه

اشیاء: چھوڑے ایک کلو، گھی دو کپ، دودھ دو لیٹر، چھوٹی الائچی پندرہ سے تیس عدد، کیسٹ شوگر آدھا کپ، کھویا ایک پاؤ، بادام، پستے، کھوپڑا (گارنش کے لیے) حسب ضرورت۔

ترکیب: چھوڑے

دھو کر رات بھر پانی میں بھگو دیں۔ صبح ان کو پیچ سے کاٹ کر

نکالیں اور اب ان کو دودھ میں تقریباً آدھے ایک گھنٹہ کے لیے بھگو دیں۔ پھر ان کو بھی آٹے پر اتا پکائیں کہ سارا دودھ خشک ہو جائے۔ چوبیس سے اتار کر ٹھنڈا کر لیں اور ان کو ہلکے ہلکے میں میس کریں۔ اب ایک الگ چین میں گھی گرم کریں اور الائچیاں کھول کر ڈالیں جب خوشبو آئے تو اس میں کھجوروں کا کمپچر ڈال کر جکی آٹے پر بھونیں۔ چھج مستقل چلائیں پھر اس میں کیسٹ شوگر ڈال کر اتا بھونیں کہ

سارا پانی خشک ہو جائے اور کھی چھوڑ دے۔ اب چوبیس سے اتار کر ٹھنڈا کریں۔ آخر میں کھویا ڈال کر بیکساٹس کریں۔ پھر بادام پستے اور کھوپڑے سے گارنش کریں۔



چاکلیٹ رول برقی

اشیاء: کھویا آدھا کلو، چھنی ایک پیالی، پانی ایک پیالی، کوکو پاؤڈر دو کھانے کے چمچ، دودھ دو کھانے کے چمچ، گھی ایک کھانے کا چمچ۔

ترکیب: بھاری پینڈے کی کڑائی میں چھنی، پانی اور دودھ کو ڈال کر ابالے رکھیں، ابالے آنے پر درمیانی آٹے پر تین سے چار منٹ پکائیں۔ کھویا ڈال کر اچھی طرح ملائیں، انڈا پھینٹنے والے Whisk کی مدد سے چھینتے رہیں، جب کھویا مکمل طور پر حل ہو جائے تو اسے چوبیس سے اتار لیں۔ اسے میں بڑ چپ بچھا کر اس پر گھی

ٹی ٹائم اسپیشل

ماوا سنگولی

اشیاء: میدہ آدھا کلو، کھویا ایک پیالی، سوئی آدھی پیالی، ناریل پنا ہوا آدھی پیالی، چھنی ایک پیالی، الائچی بادام پستے حسب پسند ڈالنے کے لیے۔

ترکیب: میدے میں تین سے چار کھانے کے چمچ آٹل ڈال کر ٹھنڈے پانی سے گوندھ لیں، چھوٹی چھوٹی

لگائیں اور آدھے مکچر کو پھیلا کر ڈال دیں، بقیہ آدھے مکچر میں کو کو پاؤڈر اچھی طرح ملائیں اور اس مکچر پر پھیلا کر ڈال دیں۔ کنارے سے بڑھتے ہوئے اسے دبا دبا کر رول کر لیں، آدھے سے ایک گھنٹے کے لیے فریج میں رکھ کر خشک کر لیں۔

پریزیشنیشن: فریج سے نکال کر خوبصورتی سے رول کی شکل میں کاٹ لیں اور اس آسانی سے بننے والی مزیدار مٹائی سے اپنے مہمانوں کی تواضع کریں۔

آلو بخارہ مسالہ کباب

شکم پوری کباب

اشیاء: قہیرہ ایک کلو، ادراک ایک کلو، لال مرچ آٹھ سے دس عدد، دھنیا (باریک کتر ہوا) ایک کھانے کا چمچ، بری مرچ چھ عدد، پٹی ہوئی خشکاش دو چائے کے چمچ، پٹی ہوئی سونف ایک چائے کا چمچ، پسا ہوا زیرہ ایک چائے کا چمچ، سرخ مرچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، نمک حسب ذائقہ، آلو بخارہ خشک دس سے بارہ عدد، پیاز دو عدد (پھلوں میں کٹی ہوئی) لیموں چار سے پانچ عدد (ٹپے ہوئے)، آئل ایک کپ۔

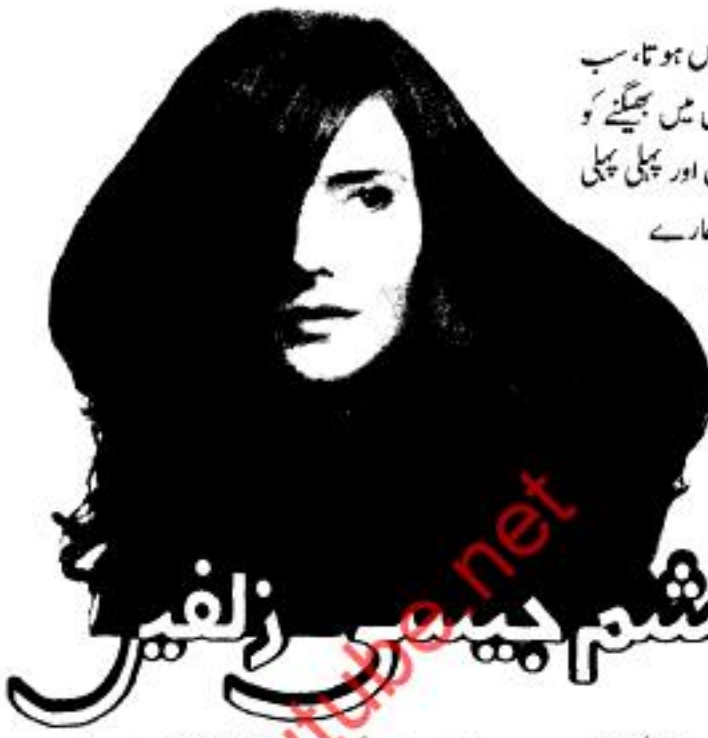
ترکیب: ادراک و لہسن، پودینہ اور بری مرچوں کو بلینڈر میں ڈال کر باریک پیسٹ بنالیں۔ آلو بخاروں کو دو حصوں میں توڑ کر گھٹلی نکال دیں۔ باریک کئے ہوئے قہیرے کو باؤل میں ڈال کر اس میں بلینڈ کیا ہوا پیسٹ ڈال دیں اور تمام پے ہوئے مسالے یعنی سونف، خشکاش، زیرہ، نمک اور مرچ شامل کر کے اچھی طرح گوندھ لیں۔

اب اس کے چھوٹے چھوٹے گولے بنائیں پھر ان تمام گولوں میں انگلی سے دبا کر گڑھا بنائیں اور آلو بخارے کا آدھا آدھا کٹوا کر ہر کباب کی شکل دیتی جائیں پھر کسی فریجنگ چین میں آئل گرم کر کے کباب گولوں کو گولڈن برون فرائی کر لیں۔

اشیاء: سوئی آدھا کپ، دودھ ڈھائی کپ، پٹنی آدھا کپ، بادام پاؤ کپ، کشمش پاؤ کپ، اورنج جوش آدھا کپ، دہی آدھا کپ۔

ترکیب: کڑائی میں کٹی گرم کریں اور بادام و کشمش فرائی کر کے نکال لیں۔ اب اسی گھی میں سوئی کو گولڈن براؤن ہونے تک خوب اچھی طرح بھجوائیں اور دودھ کے ساتھ ہی چھنی بھی ڈال دیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے تو اورنج جوس شامل کر دیں اور چمچ مسلسل چلاتی رہیں۔ جب حلوہ پختہ چھوڑنے لگے تو اس میں فرائی کیے ہوئے بادام اور کشمش بھی ڈال دیں اور کسی ڈش میں نکال کر چاندی کے ورق سے سجاکر گرم گرم پیش کریں۔





برسات کے موسم کا کسے انتظار نہیں ہوتا، سب ہی اسے خوش آمدید کہتے ہیں۔ ہم بارش میں بھگنے کو طبیعت کا رومان پرور احساس سمجھتے ہیں اور پہلی پہلی بارش میں پور پور بھگنا چاہتے ہیں لیکن ہمارے بالوں کے لیے بارش کا یہی پانی انہیں آلودہ کر دیتا ہے اور فضا میں موجود آلودگی کے اثرات کیمیائی سطح پر مسائل پیدا کر دیتے ہیں۔ بال کمزور ہو جاتے ہیں، چمک ماند پڑتی ہے چند لمحوں کے شوق پورا کرنے کے بعد ضروری ہے کہ آپ بھرپور غسل لے لیں

مون سون کے موسم میں ہمیں اسپرے یا Gel کا استعمال نہ کریں کیونکہ یہ کیمیائی اجزاء خشکی پیدا کرتے ہیں ہو سکے تو بلوڈرائٹر سے بھی پرہیز کریں البتہ رات کو خشکی کے باعث بیمار پڑنے کا اندیشہ ہو تو کنڈیشنر کے بعد بلوڈرائی کر سکتی ہیں۔ اس موسم

تاکہ نقصان کا ازالہ ممکن ہو سکے۔ درج ذیل میں بالوں کی خوبصورتی کے لیے چند کارآمد نسخے دیے جا رہے ہیں۔

جب آپ بارش میں بھگیں تو شیپو اور کنڈیشنر استعمال کرنا ضروری ہو جاتا ہے ورنہ صابن میں

موجود کیمیکل انہیں مزید کمزور کر سکتے ہیں۔ تیل سے بالوں میں مائش کرنا اپنے معمولات میں شامل رکھیں تاکہ خون

میں گردش ہو لیکن رات بھر تیل لگے رہنا ضروری نہیں ہے۔ ہمیں اسٹائلٹ کہتے ہیں کہ پیٹالیس سے ساٹھ منٹ کے وقفے میں بھی تیل لپٹا کر دکھا دیتا ہے لہذا بالوں کو جلد دھو لینا چاہیے۔

ہر روز شیپو کرنا بھی ٹھیک نہیں تاوقتیکہ آپ لمبے سفر سے لو نہیں یا بہت گرد و غبار کی فضا میں کوئی کام کرتی ہیں۔ البتہ ایک دن چھوڑ کر ایک دن صفائی ضروری ہے۔

ہر روز شیپو کرنا بھی ٹھیک نہیں تاوقتیکہ آپ لمبے سفر سے لو نہیں یا بہت گرد و غبار کی فضا میں کوئی کام کرتی ہیں۔ البتہ ایک دن چھوڑ کر ایک دن صفائی ضروری ہے۔

اگر آپ کے بال مون سپرائزر جذب کرنے لگے ہیں تو ہمیں کریم کا استعمال کم سے کم کریں اور انکی بدلتی ہوئی چمک آپ کو باور کرا دے گی یہ ہمیشہ چکنے

اگر آپ کے بال مون سپرائزر جذب کرنے لگے ہیں تو ہمیں کریم کا استعمال کم سے کم کریں اور انکی بدلتی ہوئی چمک آپ کو باور کرا دے گی یہ ہمیشہ چکنے

اگر بالوں سے نمی کی شکایت نہیں جاتی تو سر کے
اور لیموں ملا کر مخلول تیار کریں اور بال دھونے سے
پہلے تیل کی طرح مساج کریں۔ اگر گھر پر پیپر منت
چائے موجود ہو تو چند قطرے قبوے کے شامل
کریں۔ بال چکنے نہیں رہیں گے اور جوؤں کی افزائش
بھی رکے گی۔ چکنے بالوں کے سروں کو ترشوانا بھی
مفید رہتا ہے اگر آپ آئیوڈین اور وٹامن بی
کا مپلیکس خوراک میں یا اضافی سپلیمنٹ کی صورت
میں شامل کر لیں تو بے حد مفید ہو گا۔

خشک بال بھی بہت توجہ چاہتے ہیں، تیل ان بالوں
کی بہت اہم ضرورت اور خوراک ہوتا ہے، خالص
سرسوں، بادام، ناریل یا زیتون کوئی بھی اچھا تیل ہفتہ
میں دو مرتبہ ضرور لگائیں۔ بالوں کو اگر صحیح خوراک نہ
مل سکے تو قدرتی چمک اور رنگ ماند پڑ سکتی ہے۔

بعض علاقوں میں کھار پانی آتا ہے اور ٹوک پینے
اور پکانے کے لیے میٹھا پانی استعمال کرتے ہیں اگر
آپ کھارے پانی سے بال دھوئیں تو خشکی، ایگزیم اور
بالوں کے پتے یا دو شاخے ہو جانے کے خدشے ہوتے
ہیں اور بہت مزیدہ بال روکھے، پھیکے اور گرنے کی وجہ
طویل بیماری، وائٹ کرنے کا جنون کی حد تک خبط
ہو جانایا کسی دواکاری ایکشن بھی ہو سکتا ہے۔

اگر بال بہت گرہیں تو خوراک میں چکنائی والی
غذاؤں مثلاً مچھلی کا تیل، یا مچھلی استعمال کرنا شروع
کر دیں۔ خشک میوے کھائیں اور اگر مچھلیوں میں
ٹیونا، سالمن، سارڈائنز دستیاب ہو سکیں تو بہتر ہے۔
دودھ اور اس سے بنی ہوئی غذائیں لیں، اور ہرے
پتوں والی سبزیاں لیں ان میں ایک جز سیلینیئم ہوتا

سے نظر آئیں گے گھبراہٹ نہیں صرف کنڈیشنر بدل
لیں صورتحال قابو میں آجائے گی۔ نمی کو کم کرنے کا
قدرتی طریقہ لیموں کے رس کا مساج ہے اس طرح
بال میلے میلے سے نظر نہیں آتے۔ بالوں کو رنگنے والی
خواتین کو خصوصی شیمپو اور کنڈیشنر استعمال کرنا پڑتا
ہے وہ اگر نارمل شیمپو استعمال کریں گی تو ان کے بالوں
کے مسائل بڑھیں گے۔ بہت زیادہ نمی والے بالوں
میں سر کی (خشکی) بھی ہو سکتی ہے تو ایسی خواتین ہفتہ
میں ایک مرتبہ اینٹی ڈینڈرف شیمپو استعمال کر لیں اور
دیگر دنوں میں اپنا نارمل شیمپو استعمال کر کے جلد کو
متوازن اور صحت مند رکھ سکتی ہیں۔

بارش کے پانی میں کلورین شامل ہو جاتا ہے اور
اگر خشکی کی صفائی کے بعد آپ کلورین کی کچھ مقدار
خشکی میں ڈالتی ہیں تو بھی یہ پانی بال دھونے کے لیے
مفید نہیں رہتا۔ ایسا پانی برتن دھونے، دیگر صفائی کے
کاموں اور باغبانی کے مقصد کے لیے موزوں ہو سکتا
ہے بہتر یہی ہو گا کہ آپ فلٹر والا پانی بال دھونے کے
لیے مخصوص کر لیں یا پھر کسی برتن میں ساوہ (بغیر
کلورین والا) پانی اسٹور کر لیں اور اسی سے سر
دھوئیں۔ بارش کے موسم میں بالوں کو دھکنے کے لیے
ٹوپی اور چھتری کا استعمال ضرور کریں اور اس پانی سے
بالوں کو بچائیں۔

اس موسم میں جوئیں بھی پیدا ہوتی ہیں اس لیے
ماہر جلد سے رجوع کرنا بہتر ہوتا ہے۔ بازار میں بہت
سے اینٹی لائکس شیمپو موجود ہیں مگر غیر معیاری
اینٹی لائکس شیمپو جوؤں کو ہی نہیں سر کی جلد کے
خلیات کو بھی نقصان پہنچاتے ہیں۔ بسا اوقات
مساموں کو بند کر دینے کی شکایت بھی پیدا ہوتی ہے۔

آپ کی صحت سے متعلق طبیعی مشورے

برص (لیوکوڈرما)

مسئلہ لڑکیوں کے لیے بہت گھمبیر ہو جاتا ہے۔

علامات

شروع شروع میں جسم پر جگہ جگہ سفید رنگ کے چھوٹے چھوٹے اور گول دان پیدا ہو جاتے ہیں۔ رفتہ رفتہ یہ دان بڑھتے جاتے ہیں اور بڑھ کر کئی ایک چھوٹے دان مل کر بڑے دان دھبے بنا دیتے ہیں۔ کبھی آنکھیں، منہ اور ان کے بال سفید ہو جاتے ہیں۔ مموما برص کے نشان ہاتھوں اور چہرے پر زیادہ ہوتے ہیں۔

حکیم عادل اسمعیل

لیکن اکثر ان کا آغاز چہرے سے ہوتا ہے۔ شروع شروع میں کبھی ہوتی ہے خارش کرنے سے وہ حصہ چھل جاتا ہے اور سوکھنے کے بعد اس پر چھری بن جاتی ہے۔ جب یہ چھری اترتی ہے تو ان کے نیچے سفید نشان نمودار ہوتا ہے۔ یہ تعداد میں کئی ایک ہو سکتے ہیں۔ اگر مرض اگر پہلے مرحلے میں ہے تو

برص کو انگریزی میں لیوکوڈرما اور عام بول چال میں پھلپھری کہتے ہیں۔ یہ ایک جلدی بیماری ہے۔ اس بیماری میں جلد کے اوپر چھوٹے چھوٹے اور کبھی بڑے بڑے سفید دھبے پڑ ہو جاتے ہیں۔ کبھی یہ دھبے گول اور کبھی مختلف الاشکال ہوتے ہیں۔ یہ مرض اکثر موروثی ہوتا ہے۔ طبی اصطلاح میں یہ باغی مرض کہلاتا ہے۔

خون میں ایک طرح کے کریات (جرٹھے) ہوتے ہیں جن کو مے لینوبلاسٹ کہتے ہیں۔ یہ ایک ایسا مادہ پیدا کرتے ہیں جو جلد کے رنگنے اور جلد کی رنگت برقرار رکھنے میں معاون ثابت ہوتا ہے جب باغی کی وجہ سے ان میں کمی ہو جاتی ہے اور جلد متاثر ہو جاتی ہے تو اس سے میلنن (Melanin) کم ہو جاتا ہے یا پھر ختم ہو جاتا ہے۔ اس مخصوص جلد کی جلد سفید ہو جاتی ہے اور کبھی رنگت بھری مائل ہوتی ہے۔

برص کی وجہ سے جسم کو کوئی نقصان نہیں پہنچتا اور نہ ہی یہ مرض ایک سے دو سرے کو لگتا ہے۔ البتہ برص کی وجہ سے متاثرہ فرد کی جلد بد نما ہو جاتی ہے خاص طور پر یہ



منٹ تک اس طرح دھوپ میں بیٹھیں کہ دھوپ
بر لا راست متاثرہ حصوں پر پڑے، لیپ لگانے کے
آدھے گھنٹے بعد دھوپ لیا جائے۔

پربیز

دودھ، دہی، چاول، بیگن، لیموں، اہلی، امرود،
کشمش، کاجو، نمائز، آملہ، انڈو، مچھلی اور گائے کے
گوشت سے پربیز کریں۔



تقریباً: ریشم جیسی زلفیں....

ہے اور مبادلہ خوراک میں مشرومز، گو بھی، پیاز، اناج
(جتنی جو کا دلہیہ) کھائیں اور Zinc لینے کے لیے سی فوڈ
کے علاوہ سرخ گوشت اور انڈوں کا استعمال کر سکتی
ہیں۔ میٹیشم کے لیے موسمی سبزیاں، سفید گوشت
(مرغی اور مچھلی) سوئے وغیرہ لی جاسکتی ہیں۔
آزمودہ نسخے

ایک انڈے کی زردی میں چند قطرے گندھک
آئل ملا کر مساج کریں اور قدرے توقف کے بعد
پال دھو لیں۔ ریٹھا، آملہ، سکا کائی والا نسخہ بالوں کو
قدرتی چمک دیکھ بھی عطا کرتا ہے اور بالوں کی جسامت
بڑھتی ہے۔ اگر آپ کے بالی نوٹے لگیں اور مسائل
پیدا ہونے لگیں تو دو باتوں پر ضرور دھیان دیں۔ کیا
آپ ان دنوں غیر معمولی تناؤ و باؤ اور افسردگی میں مبتلا
رہیں یا آپ متوازن خوراک نہیں لے رہیں....؟ کوئی
ایک سبب آپ بہتر طور پر جانتی ہیں۔ متوازن خوراک،
آرام اور وٹامن ای اور بی پر مشتمل کوئی سپلیمنٹ (اپنے
معالج سے مشورے کے بعد) غذا کا حصہ بنائیے۔



اس کا علاج آسانی سے ہو جاتا ہے۔ دوسرے مرحلے
میں مرض زیادہ دیر سے جاتا ہے۔

علاج

برص کے علاج کے لیے قدرتی اجزاء پر مشتمل
چند نسخے مندرجہ ذیل ہیں۔

❖..... باہی کے بیج پچاس گرام لے کر ایک پیالی
میں ڈالیں اب اس پر اور ک کارس اتنا شامل کریں کہ
باہی کے بیج ذوب جائیں۔ دن میں ایک دو مرتبہ اسٹ
پلٹ کر دیا کریں۔ تین دن کے بعد ان بیجوں کو
پیلے سے نکال کر ہاتھوں سے رگڑ کر ان کا چھلکا الگ
کر لیں اس کے بعد بیج کو سائے میں خشک کر کے
باریک سفوف بنالیں روزانہ ایک گرام سفید دوپہر اور
رات کھانے سے آدھے گھنٹے پہلے یا کھانے کے
آدھے گھنٹے بعد پانی سے لیں۔

تخم نیم 100 گرام، تخم باہی 100 گرام،
گندھک اسی گرام۔ تینوں ادویات کا باریک سفوف
بنالیں اور رات کو چھ گرام سفوف آدھے گلاس پانی
میں بھگو دیں صبح کو اچھی طرح حل چھان کر پی لیں۔

❖..... گیر پچاس گرام، گندھک پچاس گرام،
باہی پچاس گرام، گنار پچاس گرام۔ چاروں ادویہ کا
باریک سفوف بنالیں رات کو آدھے گلاس پانی میں چھ
گرام سفوف بھگو دیں اور صبح چھان کر پی لیں۔

❖..... تخم باہی پچاس گرام، گیر و پچاس گرام، گنار
فارسی پچیس گرام، گندھک آملہ سار پچیس گرام۔
تمام ادویات کا الگ الگ باریک سفوف بنا کر آپس میں
ملا لیں۔ اس کے بعد ایک حصہ سفوف میں پانچ حصے
پانی ملا کر لیپ تیار کر لیا جائے اس لیپ کو جسم کے
متاثرہ مقام پر صبح کے وقت لگا کر دو منٹ سے دس



جب ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے علاج کے لیے کئی ادویات اور کبھی ایٹنی بائیوٹک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جاسکتا ہے، بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے کچن میں بھی موجود ہے۔ کچن ہمارا شفا خانہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چند طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے کچن میں بھی موجود ہے۔

مختلف وجوہات ہو سکتی ہیں۔

طبی ماہرین کے نزدیک روزمرہ غذا میں آسلیٹ، کیشیم، فاسفیٹ اور پورین کا کثرت سے استعمال پتھری کا باعث بنتا ہے۔ یہ عناصر چھلکوں والے ٹماچوں، ساگ سبزیوں اور دودھ میں زیادہ پائے جاتے ہیں۔ گردوں میں پتھری کے مریضوں کو ان چیزوں کا استعمال کم سے کم کرنا چاہیے۔

گردے میں پتھری ہونے کے عمل میں یوریا اور دیگر مادے ٹھوس صورت اختیار کرنے لگتے ہیں۔ یہ ریت کے ذروں سے لے کر مٹر کے برابر اور بعض صورتوں میں خاصی بڑی جسامت اختیار کر لیتے ہیں۔ چھوٹی چھوٹی

ہمارے جسم میں ریزہ کی پٹی کے اطراف میں آخری پسیل کے نیچے طبی بھر جسامت کے سرخی مائل بھورے عضو کی جوڑی موجود ہے۔ لگ بھگ چار اونس وزن کے یہ عضو گردے میں بولٹا ہوا چھوٹے ہیں، لیکن ہمارے لیے بے حد قیمتی ہیں، گردے میں بہا خدمات انجام دیتے ہیں۔ مختلف وجوہ سے پیدا ہونے والی خرابیاں نہ صرف گردوں بلکہ انسانی جان کے لیے سنگین اور بعض صورتوں میں ہلاکت خیز ثابت ہو سکتی ہیں۔ ایسا ہی ایک مرض گردے کی پتھری بھی ہے۔

گردوں میں پتھری کیوں پیدا ہوتی ہے اس کی

پتھریاں گردوں سے مٹانے میں پہنچ جاتی ہیں جبکہ بڑی پتھریاں گردے کی نالیوں میں پھنس جاتی ہیں۔ گردے کی پتھری انتہائی اذیت ناک درد کا سبب بنتی ہے۔

گردے کی پتھریوں کو نکالنے کے لیے مختلف طریقے استعمال کیے جاتے ہیں۔ درج ذیل میں چند مفید نسخے دیے جا رہے ہیں۔

❖.... آنولے کا چورن مولی کے ساتھ کھانا مٹانے کی پتھری میں موثر بتایا جاتا ہے۔

❖.... زیرہ اور چینی ہم وزن لے کر پیس کر سفوف بنالیا جائے۔ روزانہ تین مرتبہ ایک ایک چمچ صندے سے پانی سے پھانکن مفید بتایا جاتا ہے۔

❖.... آم کے تازہ پتے ملائے میں سکھا کر پیس لیے جائیں۔ صبح باسی پانی کے ساتھ بھرا آٹھ گرام روزانہ پھانک لینے سے گردوں میں پانی جانے والی ریت کنکری دور ہو سکتی ہے۔

❖.... جن مریضوں کے گردوں میں پتھری ہو، وہ خجور سے زیادہ سے زیادہ کھائیں۔

❖.... جو کا پانی پیتے رہنے سے پتھری اکثر پیشاب کے راستے نکل جاتی ہے۔

❖.... جو کے آنے کی روٹی اور جو کا ستوا استعمال کرنا پتھری توڑنے میں مفید ہے۔

❖.... جامن کی ٹھنکی کا چوران بنا کر دبی کے ساتھ کھانے سے پتھری میں آرام ملتا ہے۔

❖.... پنڈت جامن کھانے سے پتھری کی تکلیف میں آرام ملتا ہے۔

❖.... نارمل کا پانی پیتے رہنا پتھری کی بیماری میں مفید ہے۔

❖.... ہاتھو کا ساگ پتھری سے محفوظ رکھتا ہے۔

❖.... پیاز کے رس میں چینی ملا کر شربت بنالیں۔ بتایا جاتا ہے کہ یہ شربت پینے سے اکثر پتھری ٹوٹ ٹوٹ کر

باہر آ جاتی ہے۔

❖.... مٹانے میں پتھری ہو تو لسی (چاچھ) پینے سے بہت زیادہ فائدہ پہنچتا ہے۔

❖.... اجوان چھ گرام روزانہ پھانک لینا پتھری کے اخراج میں مفید ہے۔

❖.... الاچھی کلاں سولہ عدد درخوزے کے جج کی گری ایک چمچ، مصری دو چمچ سب کو ملا کر پیس لیں۔ ایک پیالی پانی میں ملا کر دن میں دو مرتبہ یعنی صبح و شام پینا پتھری کے اخراج میں مفید ہے۔

❖.... گاجر، جعفری، کھیرے کا رس پچاس پچاس گرام ملا کر پینا مفید ہے۔

❖.... پنے کی دال رات کو پانی میں بھگو دیں۔ صبح اس دال میں شہد ملا کر کھالیں۔ گردے یا مٹانے کی پتھری کے اخراج میں مفید ہے۔

❖.... چند دن نیم کے پتوں کی راکھ بھر چھ گرام صندے سے پانی کے ساتھ پھانک لینا فائدہ مند ہے۔

طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ جن افراد کو گردے میں پتھری کی شکایت ہو چکی ہو اور وہ یہ چاہتے ہوں کہ ان کے گردے میں دوبارہ پتھری نہ بنے، انہیں چاہیے کہ ہر ایک کھنے بعد ایک بڑا گلاس بھر کر پانی پیا کریں۔

رات کو بستر پر جاتے سے پہلے بھی ایک گلاس پانی پینا نہ بھولیں۔ اس طرح رات میں پیشاب کے لیے اٹھنے کی ضرورت پڑے گی۔ جب اس کام کے لیے اٹھیں تو اس کے بعد پھر ایک گلاس پانی پی لیں۔

جسم میں پانی کی مقدار زیادہ رکھنے کی بدولت ساٹھ فیصد مریضوں میں دیکھا گیا ہے کہ ان کے گردے میں پتھری دوبارہ نہیں بنی۔ گردے میں پتھری کے مریض ہوں یا نہ ہوں، ہر فرد کو روزانہ دس بارہ گلاس پانی ضرور پینا چاہیے۔



اشرف باجی کے ٹوٹکے



ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی.... تاہم امور خانہ داری میں ٹوٹکوں کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔



محترمہ اشرف سلطانہ برہنہ برہنہ سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کولیفائیڈ طبیبہ بھی ہیں۔ اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب قارئین کو بتانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجئے۔

گھنٹہ پہلے انکس۔

پاؤں صاف رکھیں

گرم پانی میں دو ٹیچ سرکہ ڈال کر اپنے پاؤں پندرہ منٹ کے لیے اس پانی میں ڈال دیں۔
یہ عمل ہفتے میں ایک مرتبہ دہرائیں۔ پاؤں اتنے صاف ہو جائیں گے کہ جیسے کبھی زمین پر اترے ہی نہیں۔

کچے رنگ پکے کرنا

جو پیرے رنگ مپوڑتے ہیں انہیں کچھ دیر کے لیے مٹائی مٹی سے پانی میں جھو دیں۔

بینگن کے چھلکے اتاریں

بینگن کا بھرہ بنانے سے پہلے بینگن کے اوپر تیل لگائیں تو چھلکے آرام سے اتر جائیں گے۔

مسور کی دال جلد گلائیں

مسور کی دال پکاتے وقت اگر اس میں ہلدی یا گھی شروع میں ہی ڈال دیں تو دال جلدی گل جائے گی۔

گرتے بال روکیں

بالوں کو گرنے سے روکنے کے لیے آم کی گھنٹی سے گرمی نکال کر چس لیں۔ مٹھی بھر رات بھر جھو دیں۔ صبح پانی میں ملا کر سر دھونے سے ایک

ٹونٹیاں بالکل صاف ہو جاتی ہیں اور چمکدار نظر آنے لگتی ہیں۔

پھولوں کو تازہ رکھنا

رات بھر کے لیے پھولوں کو تازہ رکھنا مقصود ہو تو پہلے پھولوں کو پانی میں نم کر لیا جائے اور کسی مرطوب گلدستہ میں رکھ کر بھیگی ہوئی خام روئی سے ڈھانپ دیا جائے پھر گلدستہ کو کسی ٹھنڈی جگہ پر رکھ دیا جائے۔ اگر خام روئی نہ مل سکے تو پھر اخباری کاغذ پانی سے نم کر کے استعمال میں لایا جاسکتا ہے۔

فرش دھونے کے لیے

جس پانی سے فرش دھو رہے ہوں اگر اس میں فرش دھونے سے پہلے تھوڑا سا نمک ملا لیا جائے تو فرش پر کیڑے اور مکھیاں وغیرہ جمع ہو کر نہیں بھنبھنائیں گی۔

مکھیوں کا اخراج

اگر کمرے میں بہت سی مکھیاں اکٹھی ہو جائیں تو چائے کی استعمال شدہ سوکھی پتی کو دیکھتے ہوئے انگوروں پر ڈالیں تو کمرے سے مکھیاں باہر نکل جائیں گی۔

چالوں کی حفاظت

جس کنستریٹ میں چال ڈالے گئے ہوں اس کے پینڈے میں نیم کی سوکھی پتیاں رکھ دی جائیں تو کنستریٹ میں کیڑے مکوڑے داخل نہ ہو سکیں گے۔

ناریل کو تازہ رکھنے کے لیے

پرانے ناریل کو تازہ رکھنے کے لیے عام دودھ میں بھگو کر کم از کم چھ گھنٹے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔ ناریل کا ذائقہ وہی رہے گا جو کہ تازہ ناریل کا ہوتا ہے۔



لکڑی کے ڈیکوریشن پیس صاف کرنے کے لیے

گیلے کپڑے سے خوب صاف کریں پھر کپڑے میں ذرا سا تیل لگا کر خوب ملیں ان میں چمک آجائے گی اگر کہیں سے ٹوٹ گئے ہیں یا خراش آئی ہے تو موسم میں موسمی رنگ چاکلیٹ رنگ کو ملا کر بھر دیں خراش غائب ہو جائے گی۔

کانی دور کرنا

گھر کے اندر مثلاً باتھ روم، صحن یا پکن میں مسلسل نمی رہنے سے ان جگہوں پر عام طور پر کائی جم جاتی ہے۔ اسے دور کرنے کے لیے پلچنگ پاؤڈر کو متاثر مقام پر چھڑک دینا چاہیے اور پندرہ بیس منٹ کے بعد جھاڑو سے اچھی طرح جگہ کو گزریں۔ اس طریقے سے تمام کائی اتر جاتی ہے اور جگہ بھی اچھی طرح صاف ہو جاتی ہے۔

دیمک سے نجات پانیں

گھر میں موجود کئی چیزوں خصوصاً کتابوں کو دیمک چاٹ جاتی ہے۔ دیمک سے نجات کے لیے مٹی کا تیل چھڑکنا چاہیے۔ اس سے دیمک فوراً ختم ہو جاتی ہے۔ کچے گھروں میں دیمک چھت کو کمزور کرنے کا سبب بن جاتی ہے لہذا چھتوں کی دیکھ بھال کرتے رہنا چاہیے۔

نل کی ٹونٹیاں

نمک ملے ہوئے گرم پانی سے تمام ٹونٹیوں کو برش کی مدد سے صاف کر لیا جائے اور پھر کوئی پرانا سخت قسم کا ٹوتھ برش لے کر اس پر تھوڑا سا واشنگ پاؤڈر ڈال کر ٹونٹیوں کے ارد گرد اوپر والے حصے پر خوب اچھی طرح سے رگڑ لیا جائے۔ اس طریقے سے



جسم کے عجائبات



انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا باقاعدہ واضح نظام بھی ہے۔ ہر نظام ایک نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

”جسم کے عجائبات“ کے عنوان سے محمد علی سید صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبانی قارئین کی دلچسپی کے لیے ہر ماہ شائع کی جا رہی ہے۔

محمد علی سید

میں کس قدر کام کرتا ہوں، اس کا کسی حد تک اندازہ آپ اس حقیقت سے کر سکتے ہیں کہ میں دوڑ میں حصہ لینے والے کسی عالمی چیمپئن کے پٹھوں کی نسبت دو گنا کام روزانہ کرتا ہوں۔ دوڑ میں حصہ لینے والے نوجوان کے چٹھے اگر میری رفتار سے ہم آہنگ ہو کر کام کرنے لگیں تو شاید چند منٹوں میں کسی جیلی کی مانند لکچے اور بے حسیان ہو کر رہ جائیں۔

ی نظریہ بدلنے سے ٹوٹ جاتا ہوں اور ایک پیار بھری نگاہ مجھے پھر سے جوڑ دیتی ہے۔

یہ سب افسانوی باتیں ہیں۔ حقیقت اس کے برعکس ہے۔ آپ کے پورے جسم میں کوئی دوسرا عضو مضبوطی میں میرا مقابلہ نہیں کر سکتا سوائے رحم مادر کے کیونکہ وہ نو ماہ تک کئی پونڈ وزن سنبھالے رکھتا ہے۔ یہ اور بات کہ اسے میری طرح رات دن کم و بیش ستر اسی سال تک مسلسل کام نہیں کرتا پڑتا۔

آج کل کے دور میں لوگ کسی بھی دوسرے عضو



(گزشتہ سے پیوستہ)

پمپنگ مشین

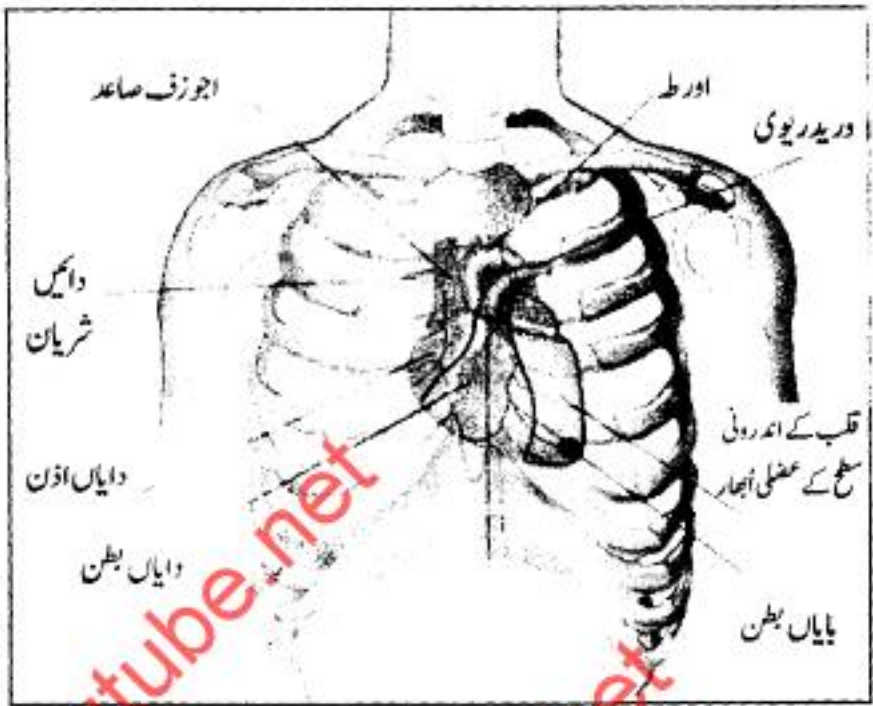
دل

دل کے کہنے، دل کے زبانی

شاعروں اور ادیبوں نے جس عضو کا بڑی بے دردی سے استعمال کیا ہے وہ میں ہی ہوں۔ یعنی آپ کا دل۔ میں غزلوں، نغموں اور افسانوں میں ہزاروں لاکھوں مرتبہ ٹوٹ چکا ہوں۔

شاعروں نے مجھے ہلکے بتایا، افسانہ نگاروں نے مجھے بے حد حساس ظاہر کیا۔ ان کے خیال میں، میں ایک ذرا

جسم کو ”آپ حیات“
فراہم کرتی رہتی ہے۔
در حقیقت مجھ میں دو
جیمبر زیاہے ہیں۔
دائیں حصے کے
نصف بالائی میں
جسم کا تمام استعمال
شدہ گندہ خون آکر
جمع ہوتا ہے اور اسی
سمت کے نچلے حصے
میں چلا جاتا ہے۔ میرا
نچلا حصہ اس خون کو



نورا قریب ہی موجود پیچھڑوں کی طرف روانہ کر دیتا ہے۔ یہ خون پیچھڑوں سے صاف ہو کر میرے بائیں حصے میں آجاتا ہے۔ بائیں حصے کا ربریں جیمبر اس آپ حیات کو دوبارہ آپ کے جسم میں پمپ کر دیتا ہے۔
بظاہر یہ بہت آسان اور سادہ سا عمل ہے لیکن کیا آپ کو اندازہ ہے کہ یہ عمل آپ کے جسم میں کتنی مرتبہ سرانجام دیا جاتا ہے...؟ یہ عمل ایک منٹ میں 4320 مرتبہ اور ایک دن میں 103680 مرتبہ مجھے انجام دینا پڑتا ہے۔ اس تعداد کو اگر آپ اپنی زندگی کے آج تک کے دن سے ضرب دے دیں تو حاصل ضرب حیران کن ہی نہیں ناقابل شمار بھی ہوگا۔

ہر مرتبہ مجھے یہ خون تقریباً ساٹھ ہزار میل لمبی خون کی نالیوں کے ذریعے جسم کے ایک ایک حصے تک پہنچانا ہوتا ہے۔ اگر کسی حصے کو خون کی فراہمی چند منٹوں کے لیے بند ہو جائے تو اس حصے کو خطرہ لاحق ہو سکتا ہے۔ آپ کو یہ سن کر حیرت ہوگی جس عضو کو

کے مقابلے میں مجھے زیادہ جانتے ہیں۔ آپ نے بھی میری تصویر ضرور دیکھی ہوگی۔ مجھے میں کوئی خوبصورتی موجود نہیں لیکن میری باطنی خوبیاں ایسی ہیں کہ میرے بغیر زندگی کا تصور ہی نہیں کیا جاسکتا۔ میرا وزن بارہ اونس اور رنگ سرخی مائل کھنٹی ہے۔ میں آپ کا بے حد مستعد اور سخت محنت کرنے والا غلام ہوں۔ ایک بندہ ہے دام جو اپنی ذمہ داریوں سے اچھی طرح واقف اور انہیں بہترین طریقے سے سرانجام دینے کی تمام تر صلاحیتوں سے والا ہوں۔

میں آپ کے سینے کی تنگ جگہوں کے قلعے میں ہوا کے ذخیروں کے درمیان مخصوص جھلیوں کی مدد سے لٹکا ہوا ہوں۔ میرا جیمبر انسان کی جھلی کے برابر یا سائز لمبائی میں چوڑائی اور چوڑائی میں زیادہ سے زیادہ چوڑا ہے۔ اگر آپ مجھے ذرا قلعے سے دیکھیں تو میں کسی ناشپاتی کی طرح دکھائی دیتا ہوں۔

شاعروں کی لفاظی سے قطع نظر میں چار جیمبر زہرہ مشتمل ایک پہپنگ مشین ہوں جو چوتھیں گھنٹے آپ کے

بارے میں زیادہ نہیں سوچتے تو اچھا ہے لیکن بہت سے لوگ اپنے دل کی طرف سے غاصے متکثر رہتے ہیں اس کے نتیجے میں میرے اور خود اپنے لیے بڑی مشکلات پیدا کر لیتے ہیں۔ ایسے لوگ غلط انداز سے سوچنے اور خوف زدہ رہنے کے عادی ہوتے ہیں۔

اکثر راتوں میں جب یہ لوگ تنہا کمرے میں لیٹے ہوں تو نیم غنودگی کے عالم میں میری دھڑکنوں کو سننے لگتے ہیں۔ اگر دھڑکنوں کو سننے سنتے انہیں محسوس ہوتا ہے کہ دو دھڑکنوں کے درمیان وقفہ آگیا ہے یعنی درمیان میں ان کا دل ایک مرتبہ نہیں دھڑکا۔ اس خیال سے وہ خوف زدہ ہو جاتے ہیں۔ وہ سمجھتے ہیں کہ ان کے دل میں کوئی خرابی پیدا ہو گئی ہے۔

کار کے انجینیشن کی طرح اکثر میرا انجینیشن بھی ایک لمحے کی تاخیر سے کام کرتا ہے۔ میں اپنی ضرورت کی بجلی خود پیدا کرتا ہوں اسی توانائی کے ذریعے سکرتا اور پھیلتا ہوں کبھی کبھی توانائی کی سپلائی کے وقفے میں ذرا سا فرق آ جاتا ہے۔ ایسے میں میری ایک دھڑکن دوسری دھڑکن میں مدغم ہو جاتی ہے اور سننے والے کو یہی محسوس ہوتا ہے کہ درمیان کی ایک دھڑکن غائب ہو گئی۔ ایسا اکثر ہوتا رہتا ہے اس میں پریشانی کی کوئی بات نہیں۔

اکثر جب رات میں کسی وقت کوئی ذرا ناخواب دیکھتے ہوئے آپ کی آنکھ کھلتی ہے تو آپ میری تیز تیز دھڑکنوں سے پریشان ہو جاتے ہیں اس کی وجہ سوتے میں خوف کا شدید احساس ہوتا ہے۔ خواب کے عالم میں آپ زندگی بچانے کے لیے جس قدر تیز دوڑتے ہیں اتنا ہی تیز مجھے بھی ”دوڑنا“ پڑتا ہے۔

(مباری ہے)



شاعر حضرات نازک قرار دیتے ہیں یہ عضو، آپ کا دل، یعنی میں پینتالیس سال تک کے انسان کے جسم میں کم و بیش تین لاکھ نون خون پمپ کر چکا ہوتا ہوں۔ اس حقیقت سے آپ کو میرے چھوٹے سے وجود کی بے پناہ مضبوطی، طاقت اور بے پناہ صلاحیتوں کا اندازہ کرنے میں کسی قدر مدد مل سکتی ہے۔

میں کس قدر کام کرتا ہوں، اس کا کسی حد تک اندازہ آپ اس حقیقت سے کر سکتے ہیں کہ میں دوڑ میں حصہ لینے والے کسی عالمی چیمپیئن کے پٹھوں کی نسبت دو گنا کام روزانہ کرتا ہوں۔ دوڑ میں حصہ لینے والے نوجوان کے پٹھے اگر میری رفتار سے ہم آہنگ ہو کر کام کرنے لگیں تو شانہ چند منٹوں میں کسی جیلی کی مانند لٹجے اور بے جان ہو کر رہ جائیں۔

میں شب و روز کام میں مصروف رہنے کے باوجود آرام کے لیے بھی وقت نکال لیتا ہوں۔ آرام کا یہ وقفہ جو آدھے سیکنڈ کا ہوتا ہے مجھے تازہ دم کرنے کو کافی ہے۔ یہ آرام مجھے دھڑکنوں کے درمیان ملتا ہے۔

جب میرے بائیں نصف جیبر صاف خون کو ایک سیکنڈ کے میسوں میں جسم میں پمپ کر دیتا ہے تو اس کے بعد مجھے آدھے سیکنڈ آرام کرنے کا موقع مل جاتا ہے۔ اسی طرح جب آپ مورے ہوتے ہیں تو جسم میں پھیلی ہوئی خون کی بلاریکے بلاریکے (Capillaries) میں سے زیادہ تر کی کا کردگی عارضی طور پر معطل ہو جاتی ہے۔ اس وقت انہیں خون کی سپلائی روک دی جاتی ہے اس لیے آپ کی فینڈ کے دوران مجھ پر سے کام کا بوجھ کم ہو جاتا ہے۔ ایسے میں آپ کی نبض کی رفتار بہتر فی منٹ سے ساٹھ فی منٹ تک ہو جاتی ہے۔

اگر آپ ایک عام صحت مند انسان ہیں اور میرے

مئی 2015ء

AZEEMI

بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

AZEEMI'S

SUNRAYS

HERBAL SHAMPOO

اب نئی دیدہ زیب پیکنگ میں

RS: 85/=

سن ریز ہر بل شیمپو یا عظمیٰ کیسٹریز کی دیگر پروڈکٹ کے لیے
کراچی میں ہوم ڈیلیوری کی سہولت بھی موجود ہے۔
کراچی اور حیدرآباد کے مختلف علاقوں میں اسٹاکسٹ کے نام جاننے کے لیے
یا ہوم ڈیلیوری کا آرڈر دینے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے۔

021-36604127

روزانہ ڈائجسٹ

کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبہ کے موضوع پر سائنسی بنیادوں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبہ سے انسان کو ہر جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے ویش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبہ سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبہ کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہل روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبہ کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔

ان صفحات پر ہم مراقبہ کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبہ کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبہ کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈریس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجئے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ

روحانی ڈائجسٹ 1/7، 1-D، ناظم آباد، کراچی 74600



لیا تھا و مسائل کی کمی کی وجہ سے علاج بھی نہیں ہو رہا تھا۔ شدید کمزوری کی وجہ سے روز بروز چڑچڑی ہوتی جا رہی تھی۔ سمجھ میں نہیں آ رہا تھا کہ پہاڑ جیسی زندگی کیسے گزرے گی۔ مجھے کتابیں اور رسالے پڑھنے کا شوق تھا۔ بھابھی کو بھی کتابیں اور رسالے پڑھنے کا شوق تھا۔ سنے تو نہیں پڑھنے کے مسائل اور کبھی کبھی پرائی کتابیں بھابھی لے آیا کرتی تھی۔ انہیں میں بھی پڑھ لیا کرتی۔ میرے حالات سے ملنے جھلٹے مسائل کے سلسلے میں مشورے دے جاتے میں بھی ان مشوروں پر عمل کرتی مگر حالات بول کے توں رہے۔

ایک روز بھابھی ایک پرانا رسالہ خرید لائیں اس میں کہانیاں بھی تھیں، لطیفے بھی اور کئی گھریلو موضوعات مضامین بھی۔ مگر مجھے ایک آرٹیکل نے اپنی جانب متوجہ کیا وہ تھا ”مراقبہ زندگی کے مسائل کی جانب ایک قدم“....

اس آرٹیکل میں ذہنی، نفسیاتی مسائل سے لے کر صحت تک کے مسائل کا حل مراقبہ کے ذریعہ دیا گیا تھا۔ مراقبہ کے بارے میں مجھے کچھ علم نہ تھا اور نہ ہی کوئی بتا دے تھا۔ میں نے اس مضمون کو کئی مرتبہ پڑھا مگر ایک بات سمجھ میں نہیں آ رہی تھی کہ مراقبہ کی مشقوں سے مسائل کس طرح حل ہوں گے۔ بھابھی دل کی اچھی تھیں مگر مسائل کی کمی اور مسائل کی زیادتی کی وجہ سے وہ بھی چڑچڑی ہوتی جا رہی تھیں۔ اتنے انہماک سے رسالے کو پڑھتے ہوئے دیکھا تو بھابھی بولیں کیا پڑھ رہی ہو۔ میں نے اٹکتے ہوئے کہا۔ کوئی خاص آرٹیکل نہیں ہے۔ انہوں نے رسالہ میرے ہاتھ سے لے کر دیکھا تو ان کے سامنے مراقبہ کا آرٹیکل تھا۔ تم مراقبہ کے بارے میں پڑھ رہی ہو۔ انہوں نے حیرت سے مجھے دیکھتے ہوئے کہا۔ نہیں نہیں.... مجھے مراقبہ کے بارے

شادی ہر لڑکی کا خواب ہوا کرتی ہے۔ میں نے بھی اپنے من میں خوبصورت اور محبت کرنے والے ساتھی کے لیے ایک محل بنایا ہوا تھا۔ میری شادی ہو گئی مگر میری زندگی کے امتحان تو شادی کے بعد ہی شروع ہوئے۔ میری شادی ایک کھٹو، شکنی مزاج اور کانوں کے کچے شخص سے ہو گئی۔ گھر کی تربیت یہی تھی کہ شوہر کا ہر حکم ماننا ہے اور اس کی اجازت کے بغیر گھر سے باہر بھی نہیں جانا۔ آپ یقین کریں کہ سات سال تک میں کسی شادی بیاہ کی تقریب، حد یہ کہ ختم قرآن میں بھی نہیں گئی اس کے باوجود روزانہ لڑائی جھگڑا، مار پیٹ اور گالی گلوچ معمول بن گیا۔ بچے ہوئے تب بھی حالات نہ سدھرے۔ کافی میرا شوہر اچھا ہوتا اور مجھ سے محبت کرتا تو میں تمام زندگی اس کے در پر گزار دیتی۔ مگر اس نے بچوں کا بھی خیال نہ کیا۔ اپنی شکنی طبیعت سے مجبور ہو کر اس نے پہلے مار پیٹنی پھر طلاق دے کر گھر سے نکال دیا۔

میں اتنے بڑے صدمے سے دو چار ہو کر اپنے بھائی کے در پر آئی جو ایک معمولی ملازمت کرتا تھا۔ بچے پڑھائی سے نااں تھے۔ میں پڑھاؤں تو پڑھتے نہیں۔ میری ذہنی حالت عجیب ہو گئی تھی۔ ہر لمحے سوتے جاگتے اس شخص کی شکل گھومتی رہتی تھی۔ وہ مجھے گالیاں دیتا مارتا۔ میری بیوی کچھ ایسی ہو گئی تھی کہ میں اپنے آپ سے کافی دیر تک باتیں کرتی رہتی۔ کبھی ہنسنے لگتی اور کبھی آنکھوں سے آنسو جاری ہو جاتے۔ کوئی ایسی گھڑی نہ تھی جب میں اپنے سابقہ شوہر کو نہ کوں۔ مجھے کہیں ملازمت بھی نہ ملتی تھی۔

بچوں کی طرف دیکھتی تو کلیجہ منہ کو آتا۔ اعتماد کی کمی کے ساتھ ساتھ نیند کی کمی بھی رہنے لگی۔ جس کی وجہ سے صحت بھی متاثر ہوئی۔ کئی بیماریوں نے مجھے جکڑ

میں بالکل نہیں پتہ ہے۔

تو پھر کیوں پڑھ رہی ہو کیا مراقبہ کے بارے میں جاننا چاہتی ہو.....؟

جی.... مراقبہ کی مشقوں کے جو فوائد اس مضمون میں دیے گئے ہیں وہ بہت زیادہ ہیں مگر میری سمجھ میں نہیں آتا کہ مشقوں کے ذریعے مسائل کا حل کس طرح ممکن ہے۔

بھابھی مسکرائیں اور بولیں کل بازار سے کچھ رسالے خریدنے جا رہی ہوں اگر مراقبہ کے متعلق کوئی کتاب ملی تو لیتی آؤں گی۔

دوسرے دن وہ مراقبہ کے بارے میں ایک کتاب لے آئیں.... میں نے کتاب کا مطالعہ کیا تو اس میں مراقبہ کی تعریف کچھ یوں کی گئی تھی ”مراقبہ سوچنے اور عمل کرنے کا ایک انداز ہے۔ ایک روش ہے جس کا مقصد آپ کو زندگی اور اپنے ارد گرد کی حالتوں سے ہم آہنگ کرتا ہے۔

مراقبہ اپنی نیچر اور قوتوں کو دریافت کرنے اور انہیں سودمند طور پر استعمال کرنے میں مدد دیتا ہے۔

مراقبہ کے ایک تجربہ کار استاد نے تحریر کیا تھا کہ ہم روزمرہ زندگی میں سکون و اطمینان، متانت و استقامت، آسودگی و اطمینان قلب زندگی میں زیادہ صلاحیت و استعداد اپنی محنت کی طاقت میں اضافہ کرنے حقیقت و اصلیت کا گہرا ادراک حاصل کرنے کے لیے کرتے ہیں۔ یہ وہ مقاصد ہیں جن کے حصول کے لیے مراقبہ کا آغاز کیا جاتا ہے۔

میں نے جب خود پر غور کیا تو واقعی یوں محسوس ہوا کہ میں پریشان زیادہ رہتی ہوں اور عملی کام کچھ بھی نہیں کرتی۔ ذہن میں ایک سوچ آئی کہ شاید میرے مسائل کا حل مراقبہ کے ذریعے ممکن ہو۔ اسی لیے مراقبہ کی تفصیل جاننے کا شوق ہوا۔ مراقبہ کی مشقوں کا

طریقہ اچھی طرح ذہن نشین کیا اور اللہ کا نام لے کر مراقبہ شروع کر دیا۔

کئی روز تک مراقبہ میں کوئی خاص کیفیت ظاہر نہ ہوئی لیکن مراقبہ کے بعد نیند اچھی آنے لگی۔ اسے میں نے مراقبہ کے ایسے نتائج سے تعبیر کیا اور دلجمعی سے مراقبہ کا سلسلہ شروع کیا۔

ایک روز میں مراقبہ میں بیٹھی تھی کہ نظروں کے سامنے میرے بچے آ گئے۔ وہ بہت صاف ستھری بونفٹ فارم پہنے اسکول بس کے انتظار میں کھڑے ہیں۔ میں گھر کی گیلری سے انہیں الوداع کہہ رہی ہوں۔ کچھ دیر بعد اسکول بس آ جاتی ہے اور بچے مسکراتے چہرے کے ساتھ ہاتھ ہلاتے ہوئے بس میں ہوار ہو جاتے ہیں۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ ایک وسیع سرسبز میدان ہے میدان کے چاروں طرف بڑے بڑے درخت لگے ہوئے ہیں۔ شام کا وقت اس سبزہ زار پر میرے بچے کھیل رہے ہیں۔ میں بھی جوتے انداز کر اس نرم نرم گھاس پر چلنے لگ۔ سبز گھاس پر شبنم کے قطرے سورج کی کرنوں میں موتیوں کی طرح چمک رہے تھے۔

ایک روز مراقبہ میں میں نے دیکھا کہ فضا میں ہزاروں پرندے بچھڑاواڑ ہیں۔ دور ایک جھیل نظر آرہی ہے۔ ٹھنڈی ٹھنڈی ہوا چل رہی ہے۔ سورج پوری آب و تاب سے چمک رہا ہے مگر دھوپ میں شدت نہیں ہے میں بھی قدم بڑھاتی ہوئی جھیل تک جا پہنچی۔ جھیل کے کنارے پر سینکڑوں کی تعداد میں رنگ برنگی تتلیاں اڑ رہی ہیں۔ جھیل کے کنارے پر ایک کشتی کھڑی تھی یوں لگ رہا تھا کہ وہ میرے ہی انتظار میں کھڑی ہو۔ میں جلدی سے کشتی میں سوار ہو گئی۔

بقیہ صفحہ 172 پر ملاحظہ فرمائیے

مئی 2015ء

خطبت عظمیٰ

جب ہم کسی علم کی بنیاد تک پہنچنا چاہتے ہیں تو اس کیلئے ہمیں ایسی فکر اور سوچ کی ضرورت پیش آتی ہے جو گہرائی میں سفر کرے.... سطھی سوچ سے کسی علم کی بنیاد تک پہنچنا ممکن نہیں ہے....

دنیا کا کوئی بھی علم ایسا نہیں ہے جس کی بنیاد میں تحقیق، تجسس، تلاش اور گہرائی موجود نہ ہو.... جیسے جیسے ہم کسی علم کے اندر نظر کرتے ہیں اسی مناسبت سے اس علم میں ہمیں نئے نئے پہلو نظر آتے ہیں۔ جب ہم ان پہلوؤں پر اور زیادہ گہری نظر سے نظر کرتے ہیں تو علم کی بہت سی شاخیں بن جاتی ہیں۔

علم کوئی بھی ہو.... فلسفہ ہو، منطق ہو یا علم الکلام ہو.... سب ہی کی طرز میں مشترک ہیں.... یعنی جس علم کے بارے میں جتنے زیادہ فکر کرنے والے موجود ہوتے ہیں یا کسی ایک علم کی ریسرچ میں جتنے زیادہ اذہان شامل ہو جاتے ہیں وہ علم اسی مناسبت سے ترقی کرتا رہتا ہے اور نتیجہ میں وہ ایک مستحکم اور مبسوط علم بن جاتا ہے۔ ایسا علم!.... جس کا اپنا ایک نظریہ، ایک فلسفہ اور اپنا ایک طرز عمل اور طرز استدلال ہوتا ہے.... موجودہ دور کے سائنسی علوم میں بھی یہی طریقہ کار موجود ہے.... ایک سائنس دان نے علم کے کسی

ایک شعبہ پر فکر کیا، فکر

کرتے کرتے وہ کسی مثبت نتیجہ پر پہنچا اور پھر وہ اس دنیا سے رخصت ہو گیا.... اس سائنس دان کو حاصل ہونے والا نتیجہ راہ نمائی تو کرتا تھا لیکن ابھی اس کی علمی حیثیت قائم نہیں ہوئی تھی۔

دوسرے آدمی نے، دوسرے طالب علم نے یا دوسرے سائنس دان نے اس علم کو آگے بڑھایا.... یوں کچھ روشن پہلو مزید نمایاں ہو گئے.... رفتہ رفتہ سینکڑوں اعلیٰ درجہ اس ریسرچ میں شریک ہوتے رہے اور علم کی ایک حیثیت قائم ہو گئی.... اس کی ایک تھیوری بن گئی.... پھر یہ علم اور آگے بڑھا.... اس میں مزید باہمت، باذوق دماغ شریک ہوئے اور اس تھیوری کو پریکٹیکل کی صورت دے دی گئی.... نتیجہ میں ایک ایسا علم تشکیل پا گیا جس سے کوئی عقل کا اندھا بھی انکار نہیں کر سکتا....

دنیا کا کوئی بھی علم ایسا نہیں ہے جس کی بنیاد میں تحقیق، تجسس، تلاش اور گہرائی موجود نہ ہو۔

کوئی کام اس وقت تک ممکن نہیں ہے۔

جب تک اس کام کو کرنے سے متعلق آپ کو انفارمیشن نہ ملے۔

لاشعور ہی ایسا علم ہے کہ جہاں انسان جان لیتا ہے کہ اس کائنات کا خالق کون ہے....؟

کائنات کے اجتماعی اعمال کی تشریح ہے... کائنات سے مراد مخلوق کی تمام نوعیں ہیں جو کائنات میں موجود ہیں اور ہر آن اور ہر لمحہ زندہ ہیں...

تیسرے ورق کے پہلے صفحے پر انفرادی احکامات ہیں اور دوسرے صفحے پر ان احکامات کے نتیجے میں انفرادی اعمال و حرکات کا ریکارڈ ہے...

آخری الہامی کتاب قرآن پاک میں جہاں آدم کی خلافت و نیابت کا تذکرہ بیان ہوا ہے، وہاں بنیادی بات یہ بیان ہوئی ہے کہ آدم کو علم الاسماء عطا کیا گیا ہے... یہ علم الاسماء جس کی بنیاد پر فرشتوں نے آدم کو سجدہ کیا... انسان کا شرف صرف اس بات پر قائم ہے کہ اسے خالق کائنات کی نیابت عطا ہوئی ہے اور وہ نیابت کے علوم سے واقف ہے...

خالق کائنات نے جب آدم کو علم الاسماء عطا کر دیا اور اپنی تخلیقی صفات سے آدم کو آگاہ کر دیا تو آدم کا یہ علم پوری نوع انسانی کا ورثہ بن گیا...

تخلیق کا قار مولایہ ہے کہ انسان کے اندر رون کام کر رہی ہے... اگر انسان کے اندر یا آدم زاد کے اندر روح موجود نہیں ہے تو آدم زاد کا وجود ناقابل تذکرہ ہے اور اس کی کوئی حیثیت نہیں... جب خالق کائنات نے آدم کے اندر اپنی روح پھونک دی تو اس کے اندر حواس بیدار ہو گئے... روح کیا ہے؟... خالق کائنات اللہ تعالیٰ کا امر ہے... اللہ تعالیٰ کا امر یہ ہے کہ جب وہ کسی چیز کا ارادہ کرتا ہے تو کہتا ہے... ”ہو جا“... اور وہ چیز ہو جاتی ہے۔

پیدائش کا مطلب یہ ہے کہ روح اپنے لئے ایک وجود بنا کر اس دنیا میں اپنا مظاہرہ کرتی ہے... بچہ میں اگر روح نہ ہو تو وہ بچہ مردہ کہلائے گا... روح جسم کی

ہر نئے علم کو عوام الناس میں متعارف کرانے کیلئے اس علم کی مختلف طرزوں میں، مختلف چیرائیوں میں تشریح کی جاتی ہے۔ ان تشریحات سے شعور آشنا ہوتا ہے، اسی مناسبت سے شعور کے اندر سکت پیدا ہو جاتی ہے اور اس سکت کے نتیجے میں شعور گہرائی میں سفر کرنے لگتا ہے... شعور کی گہرائی کا دوسرا نام لا شعور ہے!... طالب علم جب شعور کی گہرائی میں داخل ہو جاتا ہے تو اس کے سامنے لا شعور کا دروازہ آ جاتا ہے... اسی طرح جب روحانی علوم کا کوئی طالب علم شعور کی گہرائی سے گزر کر لا شعور کی گہرائی میں داخل ہو جاتا ہے تو وہ ورانے لا شعور میں داخل ہو جاتا ہے... ورانے لا شعور ہی ایسا علم ہے کہ جہاں انسان جان لیتا ہے کہ اس کائنات کا خالق کون ہے؟!... تخلیق کائنات میں اس کی کون کون سی مصلحتیں اور رموز پوشیدہ ہیں!... اگر انسان کے اندر تفکر کی راہیں موجود ہوں تو روحانی علوم کی تھیوری سے گزر کر پریکٹیکل میں داخل ہوتا... کائنات اور خالق کائنات کی صفات کو جان لینا، پہچان لینا، اس عمل بن جاتا ہے...

علم روحانیت کے تین اوراق ہیں!... ہر ورق میں دو صفحے ہیں... پہلے ورق کے پہلے صفحے پر تجلی کا عکس موجود ہے اور تجلی کے اس عکس میں وہ تمام رموز اور وہ تمام مصلحتیں نقش ہیں جو تخلیق کائنات کا بنیادی مصالحہ ہیں... اس عکس، ان رموز اور مصلحتوں کو سمجھنے کے لئے دوسرے صفحے پر ایک ایسی تحریر ہے جس تحریر کو پڑھ کر انسان پہلے صفحے کی تشریحات رموز اور مصلحتوں سے واقف ہو سکتا ہے۔

دوسرے ورق کے پہلے صفحے پر احکامات کا ریکارڈ ہے اور دوسرے صفحے پر کائنات کا اجتماعی پروگرام یا

تفکیک اور پیدائش کے بعد جسم کو بڑھاتی رہتی ہے۔۔۔ لیکن بڑھنے کے اس عمل سے پہلا جسم غائب ہوتا رہتا ہے۔۔۔ ہر پہلے منٹ کو فنا ہے اور دوسرے منٹ کو بقا ہے۔۔۔ ہر تیسرے منٹ کو فنا ہے تو چوتھے منٹ کو بقا ہے۔۔۔ فنا غیب ہے اور بقا شہود ہے۔۔۔ ساری کائنات غیب اور شہود کی ایک جیل پر چل رہی ہے۔۔۔ جو چیز کبھی شہود ہوتی ہے، وہ غیب میں چلی جاتی ہے۔۔۔ غیب اور شہود دونوں ایک دوسرے سے اس طرح چپکے ہوئے ہیں کہ غیب کو شہود سے سمجھ نہیں کیا جاسکتا اور نہ شہود کو غیب سے سمجھ کیا جاسکتا ہے۔۔۔

آپ 40 سال کے ایک فرد سے اس کے بچپن کے دو مادالگ نہیں کر سکتے!۔۔۔ اس کی جوانی سمجھ نہیں کر سکتے!۔۔۔ 70 سال کی عمر تک کو ان کی علامت ہے جس میں تبدیلی ظاہر نہیں ہوتی؟۔۔۔ چہرے کے نقش و نگار، خدو خال۔۔۔ ہر چیز تبدیل ہو گئی۔۔۔ یعنی ایک دلی کا بچہ! جس کا نام رکھا گیا تھا، وہ غیب میں چلا گیا۔۔۔

اللہ تعالیٰ نے اس کائناتی سسٹم کو غیب اور شہود پر متحرک رکھا ہوا ہے۔۔۔ چونکہ شہود بذات خود متغیر شے ہے، اس لئے متغیر شے کو قائم رکھنے کیلئے بھی متغیر چیزیں درکار ہیں۔۔۔ ان میں دن، رات بھی شامل ہیں۔۔۔ کروڑوں سال سے دن رات باری باری بدل بدل کر آرہے ہیں۔۔۔ اسی طرح لاکھوں سال سے انسان گندم کھا رہے ہیں، جو موسم کے حساب سے کبھی غیب میں چلی جاتی ہے اور پھر دوبارہ موجود ہو جاتی ہے۔۔۔ یہ تغیر و تبدل حیات و ممات کو قائم رکھنے کیلئے ضروری ہے۔۔۔ حیات و ممات کو قائم رکھنے کیلئے مخلوق کو ایک نظام کے تحت وسائل کا پابند و محتاج رکھنا بھی ضروری ہے۔۔۔ ہم سب ہوا، پانی اور غذا کے محتاج

ہیں۔۔۔ اور اگر پانی یا ہوا نہ ہو تو زمین مردہ ہو جائے گی۔۔۔ نتیجہ میں مخلوق ختم ہو جائے گی۔۔۔ لیکن اس سارے سسٹم میں اصل حیثیت روح کی ہے!۔۔۔ کائنات میں جتنی بھی اشیاء موجود ہیں۔۔۔ وہ زمین کے اوپر ہوں یا زمین کے اندر۔۔۔ آسمانی مخلوق، سات آسمان یا عرش و کرسی۔۔۔ ہر شے میں روح موجود ہے!۔۔۔ اور جو چیز ہمیں ظاہری کھوں سے یا صفاتی آنکھوں سے نظر آتی ہے وہ سب روں کا لباس ہے۔۔۔ روح آدمی کے خدو خال کے مطابق گوشت پوست کے جسم کے ذریعے اپنا مظاہرہ کرتی ہے۔۔۔ اس جسم سے روح جب اپنا رشتہ منقطع کر لیتی ہے تو یہ جسم منتشر ہو کر مٹی کے ذرات میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

روح سے واقفیت حاصل کرنے کیلئے ضروری ہے کہ دنیوی دلچسپیاں کم کر کے زیادہ سے زیادہ وقت ذہن کو اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ رکھا جائے۔

روحانیت میں ایک نقطے پر توجہ مرکوز کرنے کا نام مراقبہ ہے!۔۔۔ مراقبہ کا مطلب یہ ہے کہ ہر طرف سے توجہ ہٹا کر ایک ذات اقدس و اکبر سے ذہنی رابطہ قائم کر لیا جائے۔۔۔ جب کسی بندے کا رابطہ اللہ تعالیٰ سے قائم ہو جاتا ہے اور اس کے اوپر سے مفروضہ حواس کی گرفت ٹوٹ جاتی ہے تو وہ مراقبہ کی کیفیت میں داخل ہو جاتا ہے۔۔۔ مراقبہ ایسے عمل کا نام ہے جس میں کوئی بندہ بیداری کی حالت میں رہ کر بھی اس عالم میں سفر کر سکتا ہے جس کو ہم روحانی دنیا کہتے ہیں۔۔۔ روحانی دنیا میں داخل ہونے کے بعد بندہ اس خصوصی تعلق سے واقف ہو جاتا ہے جو اللہ تعالیٰ اور بندہ کے درمیان بحیثیت خالق و مخلوق بر لحد اور ہر آن موجود ہے۔



قرآنی انسائیکلو پیڈیا



قرآن پاک رشد و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو اب ہم ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور مضابطہ زندگی ہے۔ قرآنی تعلیمات انسان کی انفرادی زندگی کو بھی صراطِ مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصول سے بھی واقف کراتی ہیں۔

الْبَيَان

مفہوم کو لفظوں میں لانے کا عمل، ادائے مطلب، کسی بات کا اظہار یا بات کہنے کا ڈھنگ بیان کہلاتا ہے۔ بیان سے مراد کوئی قول، مقولہ، کلام اور گفتگو بھی ہے اور کسی موضوع کی تفصیل و تشریح سے بحث، لیکچر، تقریر، وعظ بھی ہے۔ قرآن پاک میں لفظ بیان 4 مرتبہ آتا ہے۔ اس دنیا میں صرف انسان ہی وہ مخلوق ہے جس کی ایک منفرد خصوصیت زبان اور ہونٹوں کی مخصوص حرکات کے ذریعہ بات کرنا ہے۔ گفتگو کرنے کی یہ صفت اس زمین پر آباد کسی بھی ذی نفس کے پاس نہیں ہے۔ جہاں تک تبادلہ خیال کا تعلق ہے تو جانوروں میں تبادلہ خیال ہوتا ہے اور درختوں کے درمیان بھی تبادلہ خیال ہوتا ہے تاہم ان کے درمیان تبادلہ خیال نہایت محدود ہوتا ہے، بیان یعنی الفاظ ادا کرنے کی صلاحیت ان مخلوقات میں سے کسی کے پاس نہیں۔ عام طور پر یہ خیال کیا جاتا ہے کہ اس زمین پر ابتداء میں انسان کا طرز زندگی جانوروں کی طرح تھا۔ انسان درختوں اور غاروں میں رہتا تھا۔ نہ اسے لباس کا شعور تھا اور نہ ہی زبان کا! یہ سمجھا جاتا ہے کہ ابتدائی دور کا انسان اپنی قوت گویائی کو استعمال کرنا نہیں جانتا تھا اور دوسرے جانداروں اور مخلوقات کی طرح مختلف اشاروں کنایوں میں اپنا مدعا بیان کرتا تھا۔ سینکڑوں ہزاروں برس کے شعوری ارتقاء کے بعد انسان نے گفتگو کا آغاز کیا لیکن ایسا سمجھنا صحیح نہیں ہے۔ قرآن پاک کی آیات اور حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کے ارشادات کے ذریعہ یہ حقیقت واضح ہو کر سامنے آتی ہے کہ اس زمین پر انسان کی آمد ان تمام حواس اور صلاحیتوں کے ساتھ ہوئی تھی جو آج کے انسان کے پاس

بھی میسر ہیں اور مستقبل میں آنے والے ہر دور کے انسان کے پاس میسر ہوں گے۔ سورہ رحمن میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

ترجمہ: ”(خدا جو) رحمن (مہربان ہے)، اے اس نے قرآن کی تعلیم فرمائی، اے اس نے انسان

کو پیدا کیا اور اے اس نے اس کو بولنا (الْبَيِّنَات) سکھایا۔“ (سورہ رحمن (55) آیت: 4۴:1)

سورہ رحمن کی آیت ”خلق الانسان علمه البيان“ سے واضح ہوتا ہے کہ گفتگو اور بیان کی صلاحیت انسان کی تخلیق کے ساتھ ہی اسے عطا کر دی گئی تھی۔ یہی بیان کا علم تھا جس کے ذریعہ اس نے روزِ اوّل ربوبیت کا اقرار کیا، اللہ اور فرشتوں سے بات چیت اور علمِ الٰہی کا اظہار کیا۔ روزِ اوّل جنت کی یہ زبان انسانی لاشعور کی پہلی زبان تھی۔ اللہ تعالیٰ نے انسان کو جسمانی اور ذہنی طور پر بہترین حالت میں تخلیق کر کے اس دنیا میں بھیجا ہے۔ لہٰذا انسان کی تمام صلاحیتیں بھی اس کی تخلیق کے ساتھ ہی اسے ودیعت کر دی گئی تھیں۔

اس دنیا میں ہم دیکھتے ہیں کہ نو مولود بچہ دہی زبان بولتا ہے جو اس کے ماں باپ، بہن بھائی اور رشتہ دار اس کے سامنے بولتے ہیں بالفاظِ دیگر بچہ وہی زبان بولتا ہے جو وہ اپنے ماحول سے سیکھتا ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ اس دنیا میں جو بھی بچہ پیدا ہوتا ہے وہ اس زبان و بیان کا حامل ہوتا ہے جو اس میں روزِ ازل سے ہی ودیعت کی گئی ہے اور مادری زبان اس کی دوسری زبان Second Language بنتی ہے۔ یہ زبان و بیان ہر ایک میں یکساں ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر کیا آپ بتا سکتے ہیں کہ جب انسان کا ہاتھ کسی کانٹے یا جلنے کو ٹکھڑا ہو گیا ہے تو تکلیف کی اطلاع اس کے ذہن میں کس زبان کی صورت میں پہنچتی ہے۔ بھیجی خوش اور غم اور بچہ کی اطلاع ذہن میں کس زبان میں وصول کرتا ہے۔ ٹھیک اسی طرح ایک شخص کو جب اسے پیاس لگتی ہے تو اس کے ذہن میں پانی کے لیے آنے والا خیال کس زبان میں ہوتا ہے؟ دنیا کے ہر خطہ میں چاہے وہاں کوئی سی بھی زبان ہو بھوک، پیاس، تکلیف، تسلی، خوشی، غم، حبتِ غصہ، خواب، خواہش، جنس، اچھائی، برائی، سچ، جھوٹ غرض زندگی کا ہر تقاضہ، ہر جذبہ اور ہر طرز کو ایک ہی معنوں میں لیا جاتا ہے۔ یہ سب ہمارے فطرت میں Builtin ہے۔

قرآن میں دیگر مقامات پر بیان کا لفظ اس طرح آیا ہے۔

ترجمہ: ”(اے نبی) آپ قرآن کو جلدی (یا کرنے) کے لئے اپنی زبان کو حرکت نہ دیں۔ اسکا جمع کرنا اور آپ کی زبان سے) پڑھنا ہمارے ذمہ ہے، ہم جب اسے پڑھ لیں تو آپ اس کے پڑھنے کی بجز دیکھ کر یں، پھر اس کا (واضح) بیانات (بَيِّنَات) کر دینا ہمارا ذمہ ہے۔“ [سورہ قیامہ (75) آیت: 16-19]

ترجمہ: ”اور ہم نے تم پر (یہی) کتاب نازل کی ہے کہ (اس میں) ہر چیز کا (مفصل) بیانات (تَبَيِّنَاتاً) ہے اور مسلمانوں کے لئے ہدایت اور رحمت اور بشارت ہے۔“ [سورہ نحل (16) آیت: 89] ”عام لوگوں کے لئے تو یہ (قرآن) بیانات (بَيِّنَات) ہے، (مگر) تقویٰ اختیار کرنے والوں کے لئے ہدایت اور نصیحت ہے۔“ [سورہ آل عمران (3) آیت: 138]



روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور شیخ خواجہ شمس الدین عظیمی پش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔
برائے مہربانی جوابی الحافہ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب - D, 1/7-1، ناظم آباد - کراچی 74600

سوال: مراقبہ میں واردات و کیفیات کا نزول کس طرح ہوتا ہے....؟

(صدر انور - کراچی)

جواب: مراقبہ میں واردات و کیفیات کا نزول دو طرح سے ہوتا ہے۔

پہلی صورت یہ ہے کہ آدمی آنکھیں بند کئے بیٹھا ہے اس کے اوپر آدھی نیند طاری ہو گئی جس کو ہم نیم غنودگی کہہ سکتے ہیں اور اس حالت میں وہ غیب کی بہت سی چیزوں کا مشاہدہ کرتا ہے۔

دوسری حالت میں وہ آنکھیں بند کئے بیٹھا ہے لیکن اس کے اوپر نیند طاری نہیں ہوتی۔ آنکھیں بند ہیں اور وہ غیب کی چیزوں کا مشاہدہ کر رہا ہے۔ اس کیفیت کا اصطلاحی نام درود ہے۔ جب کوئی شخص اس کیفیت سے پوری طرح آشنا ہو جاتا ہے تو پھر درود کی حالت میں اس کی آنکھیں کھلنے لگتی ہیں اور کیفیت یہ ہوتی ہے کہ وہ ہر چیز بند آنکھوں سے دیکھ رہا ہے۔ آنکھوں پر ایک دیوار اور آنکھیں کھل گئیں۔ رفتہ رفتہ یہ حالت اسی درجہ غالب آ جاتی ہے کہ اس کو آنکھیں بند کرنے کی ضرورت پیش نہیں آتی اور وہ اپنے ارادہ کے ساتھ جہاں دیکھنا چاہتا ہے دیکھ لیتا ہے۔ اس کیفیت کا اصطلاحی نام کشف یا مکاشفہ ہے۔ لیکن اس حالت میں انسانی شعور کافی حد تک معطل اور دبا ہوا رہتا ہے۔ یعنی جب اس کے اوپر یہ حالت وارد ہوتی ہے تو ماحول سے اس کا تعلق منقطع ہو جاتا ہے اور جب اس کیفیت سے باہر آتا ہے تعلق بحال ہو جاتا ہے۔

مکاشفہ کی صلاحیت پوری طرح بیدار ہو جانے کے بعد ذہن ایک نئی کروٹ لیتا ہے اور انسان کھلی آنکھوں

سے دور دراز اور پس پردہ چیزوں کو دیکھنے پر قادر ہو جاتا ہے پس پردہ چیزیں بھی دیکھتا ہے اور شعوری حواس میں بھی رہتا ہے۔ مطلب یہ کہ شعوری حواس میں وہ باتیں کر رہا ہے، کھا رہا ہے۔ چل رہا ہے اور مشاہدہ بھی کر رہا ہے۔ تصوف میں اس کا نام مشاہدہ ہے۔

مشاہدہ میں اس بات کی مشق ہو جاتی ہے کہ انسان لاشعوری واردات و کیفیات میں جو دیکھتا ہے شعور اس کو نہ صرف محسوس کرتا ہے بلکہ اس کو ایک حقیقت جان کر اہمیت بھی دیتا ہے۔ نتیجہ میں لاشعوری اور شعوری کیفیات میں ایک توازن قائم ہو جاتا ہے۔

جب یہ کیفیت قائم ہو جاتی ہے تو کوئی سالک

غیب اور ظاہر میں بیک وقت دیکھتا ہے، محسوس کرتا ہے اور عمل کرتا ہے۔

وہ اللہ تعالیٰ کی صفات کا مشاہدہ بھی کرتا ہے اور دنیاوی کاموں میں بھی مصروف رہتا ہے،

فرشتوں سے ہم کلام بھی ہوتا ہے اور اپنے دوستوں سے خوشگلوں بھی رہتا ہے۔ یعنی اس کے اوپر ایک ایسی حالت وارد ہو جاتی ہے جس کو ہم لاشعوری اور شعوری کیفیات کا ایک جگہ جمع ہونا اور بیک وقت عمل کرنا کہہ سکتے ہیں۔

وہ خود کو زمین پر بھی موجود دیکھتا ہے اور آسمانوں کی سیر میں بھی مصروف رہتا ہے۔

آئیے! دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ اپنے کرم اور اپنے محبوب ﷺ کے صدقے میں ہمیں توفیق عطا فرمائیں کہ ہم اس کے محبوب ﷺ کے نقش قدم پر چل کر اپنا عرفان حاصل کریں اور من عرف لہ فقد عرف ربہ یعنی جس نے خود کو پہچان لیا بیشک اس نے اپنے رب کو پہچان لیا کے کلمے کے مطابق خود کو پہچانیں اور ذات باری تعالیٰ کا عرفان حاصل کر لیں۔ آمین یا رب العالمین۔



میرے سوار ہوتے ہی کشتی جمیل کے پانی پر تیرنے لگی اور میں جمیل کی سیر کرنے لگی۔

بقیہ: کیفیات مراقبہ

ایک روز دیر میں رات کے وقت گھر جا رہی ہوں شدید اندھیرے کی وجہ سے راستہ دکھائی نہیں دے رہا۔ ابھی میں سوچ رہی تھی کہ کھڑکیس طرح جاؤں گی۔ روشنیوں کا ایک غول میری جانب آتا دکھائی دیا۔ قریب آیا تو معلوم ہوا کہ وہ بہت سے جگنو تھے۔ وہ آگے آگے مجھے راستہ دکھاتے جا رہے ہیں۔

مراقبہ سے میرے مسائل میں کمی آئی طرح ہوئی کہ ذہن اب فضول سوچوں کو زیادہ دیر خود پر مسلط نہیں ہونے دیتا۔ یکسوئی کی وجہ سے اعتماد میں اضافہ ہوتا ہے۔ میرے اعتماد کی وجہ سے بچوں پر اس کا بہت اچھا اثر پڑا ہے۔ اس اعتماد کی بدولت مجھے ایک اسکول میں ملازمت بھی مل گئی ہے۔

اب مایوسی پر کافی حد تک قابو پایا ہے۔ خوشی اس بات کی ہے کہ اب میں اپنے انتہائی تلخ ماضی کو بھول کر اپنے بچوں کے بہتر مستقبل کے لیے کوششوں میں مصروف عمل ہوں۔





اس ماہ کے مضامین میں نبی رحمت ﷺ، حضرت موسیٰ کی ولادت سے تعلق رکھنے والے نبوت ﷺ تک، بابائے امت محمدیہ، انسان ایک کائنات، نگاہ مرد مومن، مولانا محمد علی لاہوری، عبرتناک داستان، ایک فقیر ایک بادشاہ، عید رسالت، نبوت رسول حضرت ام کلثوم، معاشرے میں خواتین کا کردار، مان کا دودھ، تمہیاں، نیل شوقی کیجیے، عید اور شاہی نبوت خانہ اور کچھ ریشہ جبکہ سلسلہ دار مضامین میں نور الہی نور نبوت، آواز دوست، تاثرات، بیڑا سائیکوئی، اید گز کون تھا...؟، جو ابرائیل علیہ السلام، محفل مراقبہ، اللہ رکھی اور آپ کے مسائل شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب کردہ تحریر ”قطرے سے گھر ہونے تک“ مئی 2015ء کے ذوق مطالعہ کے لیے پیش کی جا رہی ہے۔

اس حقیقت سے کوئی انکار نہیں کر سکتا ہے کہ اللہ تعالیٰ کی رحمت آمادہ کرم رہتی ہے۔ مختلف انداز میں وہ ہمیں مسئلے کے حل اور تلافی کی صورتیں بندوں پر بہت مہربان رہتا ہے، وہ کسی کی فوری گرفت نہیں کرتا۔ اس کردار پر جن مسائل یا مشکلات سے ہم انسان دوچار ہوتے ہیں یا ہیں وہ خود ہماری اپنی ناصوابت اندیشیوں کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ انفرادی سطح پر انسان اپنی کوتاہیوں اور دوسروں کی بد باطنیوں مکر و فریب، تعصب، حسد، ظن اور بدگمانیوں کے ہاتھوں دکھ اٹھاتا ہے، مشاہدہ یہ ہے کہ جب سارے راستے مسدود اور حالات انتہائی مایوس کن نظر آتے ہیں،

ہیں وہ اس کے ان ربوبیت پر یقین رکھتے ہیں وہ اس کے ان اشاروں کو سمجھ لیتے ہیں پھر ان کے لیے خیر و برکت کے راستے کھل جاتے ہیں، مایوسیوں کے سیاہ بادل چھٹ جاتے ہیں۔ یہ دنیا جو بہت آباد و شاد نظر آتی ہے دراصل ایسی نہیں ہے، جن لوگوں کو ہماری آنکھیں بہت خوش حال مرفع الحال اور دولت سے کھیلا دیکھتی ہیں

قطرے سے گھر ہونے تک

(حکیم محمد سعید)

ان کے ظاہر پر نہ جاسیے۔ کلبوں میں اور عالی شان ہوٹلوں میں داد عیش دینے والوں میں کچھ تو وہ ہیں جن کی آنکھیں اس وقت اپنے انجام کو دیکھنے سے قاصر ہیں اور وہ حسن، جوانی اور دولت کو لٹا کر اور لوٹ کر مزے اڑاتے نظر آرہے ہیں اور کچھ وہ ہیں جو دراصل اندر سے بہت دکھی ہیں اور اپنی دولت کے سہارے مختلف قسم کے لہو و لعب میں مبتلا ہو کر غم غلط کرنے کی لا حاصل کوششیں کر رہے ہیں۔ مختلف نشے، مختلف کھیل، دلچسپیاں، عیش، قہقہے چہچہے محض فریب ہیں۔

کبھی آپ ان کے مونس بن کر ان کے اندر جھانکیے، آپ کو دکھوں، حسرتوں اور شکایات کے سوا ان کے پاس کچھ نہیں ملے گا۔ قدرت انہیں نجات کے راستے سمجھاتی ہے لیکن وہ بدستور اپنی راہ پر چلتے رہتے ہیں۔ کبھی ان لوگوں کے ساتھ بیٹھیے اور پھر انہیں ٹولیے۔ پہلے تو وہ آپ کو بہت مضبوط اور اپنی روش پر مضبوطی سے ڈٹے نظر آئیں گے لیکن پھر جس حصہ میں وہ خود کو مبتلا کیے ہوتے ہیں وہ آہستہ آہستہ ٹوٹنے لگتا ہے اور ان کی شخصیت کا اصل روپ سامنے آجاتا ہے۔ یہی باتیں افسانے اور کہانیاں بن جاتی ہیں، جنہیں لوگ زیادہ تر وقت گزاری کے لیے بڑے شوق سے پڑھتے ہیں۔

یہاں ایک ایسی خاتون کا ذکر مناسب ہو گا اس کی کہانی بھی دوسروں سے کچھ بہت مختلف نہیں ہے۔ وہ ایک دولت مند گھرانے کی چشم و چراغ تھی۔ ہر سہولت اور آزادی اسے میسر تھی۔ یورپ اور امریکہ کے عشرت کدوں کے در اس کے لیے ہمیشہ کھلے رہے۔ باغ عیش و عشرت کی اس گھگھٹ میں

اس نے اپنے جیسے ساتھی کا انتخاب کیا اور جوئے زندگی حسین وادیوں میں سے گزرتی رہتی بچے بھی ہوئے اور زندگی بہت امی جی نظر آنے لگی۔ لیکن ہر عمل کے رد عمل کی طرح عیش کوشیوں اور ہوادہ مستیوں نے اپنی قیمت وصول کرنی شروع کی۔ صحت جواب دینے لگی، جگر کا فعل خراب ہو جا گیا، علاج بھی ہوئے لیکن پریہیز کے بغیر علاج بالعموم ناکام ہی ہوتے ہیں، اس کے ساتھ بھی یہی ہوا، مزاج کا چہل خصلت ہونے لگا۔ چڑچڑ سے پن نے زندگی میں زہر گھول کر شروع کیا میاں سے ناچاتی ہوئی جو بڑھتی ہی چلی گئی یہاں تک کہ وہ بچوں کو لے کر ایک اور شہر میں جا بسا، ماں ہوتے ہوئے بھی وہ اپنے بچوں کو ماں کا پر خلوص پیار نہ دے سکی۔

یہ خاتون اب اپنے گھر کے ایک کمرے میں محصور ہو کر رہ گئی تھی۔ معالین نے صحت یابی سے مایوسی کا اظہار کر دیا تھا، دولت کی چھاؤں ڈھلنے لگی، آخر ایک دن رخصت ہو گئی۔ اب قرض پر گزر ہوئے تھے۔ آپ اس خاتون کی کیفیت اور اذیت کا تصور کیجیے کہ کن حالات سے وہ دوچار ہوگی! اس کی ذہنی کوفت کی شدت کا کیا عالم ہوگا! ناز و نعم اور دنیا جہان کی نعمتوں پر پلنے والا جسم آج اس کی بیمار اور مبتلائے اذیت روح و قلب کا غلیظ تاریک قید خانہ بنا ہوا تھا۔ قرض کا بوجھ بڑھتا جا رہا تھا اور اسی کے ساتھ تفکرات کی یلغار اور مسائل کے انبار میں بھی اضافہ ہو رہا تھا۔ اس نے سوچا کچھ پڑھ لکھ لے، ڈگری ہاتھ میں آجائے گی تو گزر بسر کی کوئی بہتر صورت نکل آئے گی، لیکن مالی وسائل کے فقدان کے علاوہ بیمار جسم اور مختل دماغ کے ساتھ یہ کام پورا نہیں ہو سکتا

تھا۔ زندگی کی تمام راہیں اب اسے مسدود نظر آنے لگیں اور آخر ایک دن صبر کا دامن اس کے ہاتھ سے چھوٹ گیا۔ سخت مایوسیوں نے اسے پارہ پارہ کر دیا۔ وہ اپنے بستر پر گر پڑی اور آنکھوں سے آنسوؤں کا سیلاب رواں ہو گیا۔ آج اسے احساس ہوا کہ جن وسائل اور سہاروں پر اسے بڑا اعتماد اور ناز تھا وہ محض فریب تھے اب وہ اس دنیا میں بکا و تنہا بالکل بے آسرا تھی۔ مایوسی کی اس گھڑی میں اسے وہی یاد آیا جو ہمیشہ سے ہے اور ہمیشہ رہے گا۔ جو سب کا پالنہ ہارے جو ہماری شہ رگ سے بھی قریب تر ہے۔ جو ہر پکارنے والے کی پکار سنتا ہے جو مانگنے والے کو ضرور دیتا ہے، اس نے تو آج تک اسے پکارا ہی نہیں تھا، لیکن آج چیخ پٹخ کر کہہ رہی تھی، میرے رب مجھ پر رحم کر، میری خطاؤں کو دگر کر، اب تو ہی تو میرا سہارا ہے۔ میں اب کس سے مدد مانگوں۔

مصاب کے ہجوم سے گھبرا کر وہ بالآخر اللہ تعالیٰ کی طرف پلٹی جس کی رحمت بے حساب ہے، اس گریہ و زاری کے عالم میں وہ ایک عجیب قلبی واردات سے دود چار ہوئی۔ اس نے اپنے قلب کی گہرائی میں ایک آواز سنی جو صرف یہ کہہ رہی تھی ”بستر سے اٹھ اور اپنے کمرے کو صاف کر، ہر چیز قرینے سے لگا“ اسے بڑی الجھن ہوئی کہ آخر یہ کیا بات ہوئی۔ اس کے مسائل کیا ہیں اور یہ آواز کون سا کس طرح ان کا حل ثابت ہو سکتی ہے! وہ تو اپنی دعا کے جواب میں کسی معجزے کی منتظر تھی، لیکن اس سے کمرہ درست کرنے کے لیے کہا جا رہا تھا۔ اس نے سوچا یہ بھی محض وہم ہے، دل کی کوئی آواز نہیں

ہوتی، بھلا کمرے کی صفائی سے اس کے مسائل کا کیا تعلق۔ یہ محض اپنے ذہن کی تنہائیوں سے اٹھنے والا کوئی طنزیہ جملہ ہو گا۔ مگر وہ ہر روز اور ہر وقت یہی آواز سننے لگی۔ ایک ہفتے بعد اس نے سوچا چلو اس سے نجات ہی کی خاطر کمرہ ٹھیک کر لیتی ہوں، وہ اپنے بستر سے اٹھی اور کمرے کو ٹھیک کرنے لگی، ہر چیز الٹی پڑی تھی۔ پورا کمرہ بے ترتیبی کا نمونہ تھا۔ کوئی چیز بھی تو اپنی جگہ نہیں تھی۔ یہ کام بہت مشکل اور بوجھل لگا، لیکن وہ کمرے کی صفائی اور چیزوں کو جھاز پونچھ کر قرینے سے رکھنے میں لگی رہی۔ اسی کام کے دوران اس کے ذہن کے بند دروازے کھلنے لگے اور وہ سوچنے لگی

”میری اپنی زندگی بھی تو اسی گندے، بے ترتیب اور بے ہنگم کمرے جیسی ہے، کونوں میں کوڑے اور کچرے کے ڈھیر میں مجھے قرض کا بوجھ نظر آیا۔ ساکت و خاموش کتابوں میں مجھے کامیاب شخصیتوں کے کردار اور ان کے اقوال بولتے محسوس ہوئے۔ میں نے محسوس کیا کہ جس طرح میں نے مملوں میں لگے پودوں کی دیکھ بھال نہیں کی ہے، ان پر توجہ نہیں دی ہے اور وہ سوکھ اور ٹھنڈے ہو گئے ہیں اسی طرح میرے شوہر اور بچوں نے بھی مجھے میری غلط روش اور لاپرواہیوں کی وجہ سے منہ موڑ لیا ہے۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ میرے کمرے کی ہر چیز اپنی جگہ پر آتی چلی گئی، اور اسی کے ساتھ یہ احساس شدت کے ساتھ ابھرنے لگا کہ میں نے اپنے رب سے جس معجزے کی دعا کی تھی وہ ظاہر ہو چکا ہے۔ اپنی تنہائی کی میں خود ذمہ دار ہوں۔ صحیح فکر کی صلاحیت اور صحیح اور درست عمل کی

میل فی سیکنڈ کی ایک مقررہ رفتار سے سفر کرتی ہے پھول یکبارگی نہیں کھلتے۔ قطرے کے گہر ہونے تک کیا کیا مراحل طے ہوتے ہوں گے۔ یہی حال زندگی کا ہے۔ ہماری اپنی تخلیق بھی اسی ترتیب سے پوری ہوتی ہے۔ سالوں سے خلیات اور پھر ان سے اعضاء اور پھر ان سے ایک پورا جسم بنتا ہے پانی درجہ بدرجہ سرد ہو کر برف بنتا ہے اور اسی حساب سے گرم ہو کر برف دوبارہ پانی کا روپ اختیار کرتی ہے۔

میں ہوش میں آئی تو عمل کی قوتوں نے بھی جوش مارا اور میں اپنے دامن سے تمام آلا تئیں جھاڑ کر اٹھ کھڑی ہوئی اور قدم بہ قدم آگے بڑھنے لگی، گھڑی پر بچوں کو کھانا پڑھنا اور کڑھائی وغیرہ سکھاتی جس سے روز کا خرچ پورا کرنے لگا، دال روٹی حلق سے نہ اترتی، لیکن پھر بھی کچھ لگتی، قرض کے پیسوں سے خریدی جانے والی مریض خدائیں کیا چھوٹیں میری صحت بھی سنبھلنے لگی۔ حراست و عمل سے پورے جسم کو آمادہ انقلاب کرویا۔ مجھ میں کام کرنے کی صلاحیت روز بروز بڑھتی گئی اور سب سے بڑا کرم یہ ہوا کہ میں اپنے اللہ سے قریب ہوتی چلی گئی۔ اس خاتون نے اپنی غلطیوں کا اعتراف کیا اور صحیح فکر و عمل کے ذریعہ سے اپنی بگڑی بنائی۔ شوہر سے صلح ہو گئی، بچے بھی آئے، تعلیم بھی حاصل کی اور زندگی ایک مرتبہ پھر درخشاں ہو گئی۔ وہ خاتون اب سایہ دار درختوں کی چھاؤں میں اپنا سفر حیات طے کر رہی ہے۔

اللہ تعالیٰ مہربان ہے، نہایت رحم کرنے والا ہے، کوئی اس کا فضل و کرم تلاش تو کرے!

ﷻ

روحانی علاج

قوت انسان کے لیے قدرت کا سب سے بڑا عطیہ ہے۔ مصائب اور مشکلات قسمت کا نہیں انسان کی اپنی غلطیوں اور غلط فہمیوں اور عمل کا نتیجہ ہوتے ہیں اسی طرح ان کے حل بھی خود انسان ہی کو تلاش کرنے پڑتے ہیں۔ اپنے صحیح اور دیانت دارانہ احتساب اور پھر صحیح اقدام و عمل کے ذریعہ سے ہم ایک مرتبہ پھر مایوسیوں کی دلدل اور ناامیدیوں کے اندھیروں سے نکل سکتے ہیں۔ ہم مشکلات کی طرف ناچتے گاتے ہستے کھیلتے خود بڑھتے ہیں۔ عیش کوشیاں ہمیں اندھا بنا دیتی ہیں اور جب آنکھ کھلتی ہے تو ہم خود کو گردن تک دلدل میں پھنسا پاتے ہیں۔ جو اس گھڑی میں اپنے اللہ کو پکارتے ہیں وہ ان کی مدد کرتا ہے اور ان میں حوصلہ پیدا کرے اسے نکالنے کا سامان کرتا ہے۔ آہستہ آہستہ قدم بہ قدم ہم دوبارہ زندگی کی چمکتی دھمکتی شاہراہ پر واپس ہونے لگتے ہیں اور کامیابیوں کی منزلیں قریب آتی چلی جاتی ہیں۔ ان کے بڑے پتے کی بات کہی ہے کہ ترقی کی طرف انسان امید کے سہارے قدم بہ قدم بڑھتا ہے۔ پہلے بہت چھوٹے چھوٹے قدم اٹھتے ہیں پھر اعتماد بڑھتا ہے اور رفتار میں تیزی آنے لگتی ہے۔

میں اپنے بستر پر بیٹھی یہی سوچتی رہی کہ کمرہ ٹھیک کرنے کا کام بظاہر کس قدر معمولی تھا، لیکن اس کام کے لیے مجھے ملنے والا اشارہ کتنی بڑی بات تھی مجھے بتایا گیا۔

میں اسی طرح اپنی الجھی اور تباہ زندگی کو بھی درست کر سکتی ہوں۔

خود قدرت بھی اس اصول پر عمل کرتی ہے مثلاً روشنی یا یک نہیں ہو جاتی۔ یہ بھی 186 ہزار



پیش

گورنمنٹ لائبریری

تبصرے کے لیے کتاب کی دو جلدیں ارسال کریں....

من و یزداں

(کُن سے کُن تک)

مصنف: صوبیدار محمد بشیر

صفحات: 200

قیمت: دو سو پچاس روپے

ناشر: ملبو کھوکھر، بمبیر روڈ تحصیل و ضلع گجرات،

03136246901



صوبیدار محمد بشیر

سرعت سے کسی چیز کی تکمیل کرتے ہیں کہ انسان کا ذہن اس تیزی کو Catch نہیں کرتا اور چیز موجود ہو جاتی ہے۔

کتاب میں مراقبہ کے بارے میں بھی سہل انداز سے روشنی ڈالی گئی ہے۔ ”انسان روحانی اور مادی وجود کا مشترکہ میکسزم ہے۔ روحانی وجود لاشعوری حواس

من و یزداں (کُن سے کُن تک) صوبیدار محمد بشیر صاحب کی تصنیف ہے۔ بشیر صاحب نے کتاب میں روحانیت کے کئی گوشوں پر روشنی ڈالی ہے۔ صاحب کتاب ایک جگہ لکھتے ہیں ”روحانی علوم روح کے علوم ہیں اور یہ سب انسانی بدن کے اندر چھپے ہوئے ہیں یا یہ سمجھو کہ ان تمام علوم کا منبع انسان ہے۔ قرآن پاک کو پڑھ کر ان علوم کی کھوج لگائی جاسکتی ہے اور یہی تصوف کا علم ہے۔ قرآن پاک ایک بصیرت بھری کتاب ہے۔

ایک اور جگہ کُن فیکون کے Action کے بارے میں تحریر کیا ہے کہ ”اللہ تعالیٰ ایک لامحدود Supreme Power ہے۔ جب اللہ تعالیٰ کسی چیز کے لیے کُن کا Action لاگو کرتا ہے تو وسائل اتنی

مقصد کی تکمیل میں سرگرم عمل ہیں۔ وطن عزیز میں اردو، انگریزی اور علاقائی زبانوں میں معیاری ہفت روزہ اور روزنامے شائع ہوتے ہیں۔

سلسلہ ملنگیہ کے پلیٹ فارم سے مسلمانوں کی تربیت و اصلاح کا فریضہ انجام دینے کے لیے ماہ جنوری 1991ء میں دینی، روحانی و علمی جریدہ ماہنامہ ”الملنگیہ“ کا اجراء کیا گیا۔ ماہنامہ ”الملنگیہ“ کے پچیس سال مکمل ہونے پر اپریل 2015ء میں سلور جوبلی نمبر شائع کیا گیا ہے۔

اس پچیس سالہ خصوصی ایڈیشن میں خواجہ ملنگی بابا اولیاء کی سوانح حیات، سلسلہ ملنگیہ کا تعارف، تعلیمات، تاریخ، اور مشی کے متعلق چیدہ چیدہ مضامین شائع کیے گئے ہیں۔

رکھتا ہے۔ جبکہ مادی وجود شعوری حواس رکھتا ہے۔ یہ حواس ایک دوسرے سے وابستہ ہیں اور ایک دوسرے کے خلاف مزاحمت یا حالت جنگ میں رہتے ہیں۔ معاشرے میں تمام برائیاں شعوری حواس سے پیدا ہو کر پھیل رہی ہیں۔ شعوری حواس کنٹرول کرنے کے لیے لاشعوری حواس کو سامنے لانا ہو گا۔

روحانی لوگوں نے قانون اور قاعدے بنائے ہیں۔ اس مقصد کو حاصل کرنے کے لیے مراقبہ ضروری عمل ہے۔

مراقبہ کا مطلب یہ ہے کہ ظاہری سوچ سے نکل کر باطنی سوچ اپنے اندر پیدا کرنا۔ اس طرح یقین کا بیڑن انسان کے اندر پیدا ہو جاتا ہے۔ انسان روح کے Function سمجھ جاتا ہے۔ انسان باطنی سوچ میں داخل ہو جاتا ہے۔ جو ہماری ضرورت ہے۔“

الملنگیہ

(سلور جوبلی نمبر) مارچ اپریل 2015ء

جلد: 24 شماره: 11-12

مدیر اعلیٰ: خواجہ اظہار الحق مسعود شاہ

صفحات: 432

قیمت: تھو سو روپے

رابطہ: آستانہ عالیہ چشتیہ نظامیہ ملنگیہ محلہ علی پور، ایچ

بلاک اوکاڑہ، پنجاب

عالم اسلام میں خصوصاً اور پاکستان میں اس وقت مختلف سطحوں پر مختلف جماعتیں، تنظیمیں اور ادارے دینی صحافت سے وابستہ ہیں اور فروغ و دعوت دین کے



اپنی کتاب کے تبصرے کے لیے آپ بھی ہمیں اپنی کتاب کی دو جلدیں اس پتے پر ارسال کر سکتے ہیں۔

1-D.1/7 ناظم آباد کراچی 74600

بابا گورو نانک دیو جی کا

نام کسی تعارف کا

محتاج نہیں۔ بابا

جی، سکھ مذہب کے بانی

اور سکھوں کے

دس میں سے

پہلے گورو

(انہیں گورو بھی لکھا

جاتا ہے) تھے۔ گورو

نانک دیو جی 20

اکتوبر 1469ء کو

پہلے پاکستان

گوردوارہ پنجہ صاحب

حسن ابدال کا ایک قریبی شہر ان دنوں بھی ایک

چھوٹے سے گاؤں کے طور پر آباد تھا۔ 1822ء میں اس

گاؤں کا نام سردار ہری سنگھ نالوا کے نام پر ہری پور رکھ

کر اسے ہزارہ ڈویژن کا ہیڈ کوارٹر بنایا گیا۔

لاہور کے قریب ضلع شیخوپورہ کے ایک گاؤں ”رائے

بھوئی دی تلونڈی“ میں پیدا ہوئے۔ بعد ازاں اس

گاؤں کا نام باباجی کی مناسبت سے ننگہ صاحب رکھ دیا

گیا۔ اب ننگہ صاحب کو ضلع کا درجہ دیا جا چکا ہے۔

تلونڈی (ننگہ صاحب) میں باباجی کی جائے پیدائش

پر گوردوارہ جنم استھان تعمیر کیا گیا ہے۔

1807ء میں مہاراجا رنجیت سنگھ نے پنجاب میں

سکھ راج کی بنیاد رکھی۔ اس کے سپہ سالار اعلیٰ (کمانڈر

انچیف) سردار ہری سنگھ

نالوانے 1807ء میں

قصور، 1814ء میں

سیالکوٹ اور کشمیر 1818ء

میں ملتان اور سندھ کے

بعض حصے اور 1822ء میں

ہزارہ ڈویژن کا علاقہ فتح

کر کے مہاراجا رنجیت سنگھ

کی بادشاہت کا حصہ بنایا۔



کی یہ قسم صرف اسی تالاب میں پائی جاتی ہے۔ گوردوارے کی طرح یہ مچھلیاں بھی سکھوں کے لیے نہایت مقدس اور متبرک ہیں چنانچہ آنے والے زائرین ان مچھلیوں کی خدمت کرنا اور انہیں خوراک دینا اپنا مذہبی فریضہ سمجھتے ہیں۔ ان مچھلیوں کو پکڑنے، چھونے، نقصان پہنچانے یا گوردوارے سے باہر لے جانے کا تصور بھی نہیں کیا جاسکتا۔

چشمے کا منبع اس چٹان کے نیچے پوشیدہ ہے جس پر پختہ کا نشان ثبت ہے۔ اس چٹان کو باقاعدہ غسل دیا جاتا ہے اور سکھ یا تری اس نشان کو چھونے یا چومنے کو اپنی زندگی کا کامل سمجھتے ہیں۔ سکھوں کا عقیدہ ہے کہ اس نشان کو چھو لینے سے روح کو نہ صرف تروتازگی اور بالیدگی حاصل ہوتی ہے بلکہ اس سے کئی بیماریوں سے چھٹکارا بھی ملتا ہے۔ چشمے کے پانی کو پوتر (پاک) سمجھا جاتا ہے۔ اسے پینے کے علاوہ اس میں غسل کرنے کو بھی عبادت کا درجہ حاصل ہے۔ اس مقصد کے لیے چٹان کے ساتھ ہی غسل خانے بنائے گئے ہیں۔ مردوں اور عورتوں کے لیے غسل کی علیحدہ جگہیں مخصوص ہیں۔

14 اکتوبر 1932ء کو لاہور میں مہاراجا رنجیت سنگھ کی سلامتی کی طرز پر پانچ پیاروں نے یہاں گوردوارے کی نئی تین منزلہ عمارت کا سنگ بنیاد رکھا۔ اسے سرمئی رنگ کے بھر بھرے پتھر سے تعمیر کیا گیا ہے۔ اس کی کھڑکیاں محرابی طرز کی ڈیزائن کی گئی ہیں۔ چھت کے عین وسط میں ایک وسیع گنبد ہے جس کے چاروں جانب ترتیب وار چھوٹے گنبد بنائے گئے ہیں۔ اس عمارت کی تمام گزرگاہیں، تالاب کے پانی کے آر پار بنائی گئی ہیں۔ اس

سردار ہری سنگھ نے ہزارہ کی فتح کے فوری بعد حسن ابدال میں چٹان اور چشمے کے گرد گوردوارہ تعمیر کرایا اور اس کا نام گوردوارہ سری پنجہ صاحب رکھا گیا۔ گوردوارہ کے معنی ”گورو کا دروازہ“ ہیں جبکہ پنجابی زبان میں دوارہ گھر کا نعم البدل بھی ہے۔ اس طرح اسے گورو کا گھر بھی کہا جاتا ہے۔ حسن ابدال میں گورو کا یہ گھر نہایت وسیع و عریض چار دیواری میں تعمیر کیا گیا ہے۔ اس کی عمارت نہایت شاندار اور دیدہ زیب ہے۔ اس کا شمار سکھوں کی خوبصورت ترین عبادت گاہوں میں کیا جاتا ہے۔

گوردوارے کی مرکزی عمارت پنجے والی چٹان کے عین سامنے تعمیر کی گئی ہے۔ محراب نما دروازوں، نوکیلی لیکن بلند چھتوں اور چھوٹے چھوٹے گنبدوں کا یہ حسین امتزاج اپنے اندر ایک عجیب سا سحر لیے ہوئے ہے۔ عمارت چشمے کے پانی سے بننے والے تالاب کے وسط میں بنائی گئی ہے اور یوں یہ شفاف پانی میں تیرتی محسوس ہوتی ہے۔ عمارت میں داخلے کے مرکزی دروازے کا راستہ بھی تالاب کے اوپر سے ہی گزرتا ہے۔

اس عمارت کے عین درمیان میں ایک عظیم الشان ہال ہے جس میں جہازی ساز کی گرنتھ صاحب رکھی ہوئی ہے۔ دن کے مخصوص اوقات میں اس کا پاٹ کیا جاتا ہے۔ جبکہ تمام وقت گوردوارے کے خادم کھڑے مور پتکے سے اسے ہوا دیتے رہتے ہیں۔

چشمے کا پانی، جس میں یہ عمارت کھڑی ہے نہایت شفاف اور ٹھنڈا ہے۔ اس میں کالے رنگ کی مہاشیر مچھلیاں تیرتی رہتی ہیں۔ کہا جاتا ہے کہ مہاشیر



مقصد کے لیے نہایت خوبصورت اور
چھوٹے چھوٹے پل تعمیر کیے گئے ہیں۔

مرکزی عمارت کے بعد
گوردوارے کے خادمن اور زائرین
کے لیے کئی اور عمارتیں بھی تعمیر کی
گئی ہیں۔ یہاں ”گوردو کا لنگر“ بے حد
مشہور ہے۔ لنگر چوبیس گھنٹے کھلا رہتا
ہے۔ اس کا کھانا معیار کے اعتبار سے
کسی فائو اسٹار ہوٹل سے کم نہیں۔

سے احاطے دار لیکن خوش نمایاں بیچے کی جانب جاتی ہے۔

اس باغیچے میں دو قبریں ہیں۔ ایک اس کے وسط میں ہے
جبکہ دوسری ایک کونے میں بنی ہوئی ہے۔ وسطی قبر کو
غلط طور پر لالہ رخ نام کی ایک مغل شہزادی سے
منسوب کیا جاتا ہے جبکہ اس نام کی شہزادی کا وجود ہی
نہیں تھا.... واضح امر یہ ہے کہ کوئی نہیں جانتا کہ ان دو
قبروں میں کون دفن ہے....؟

کچھ کا کہنا ہے کہ وسطی قبر، برصغیر کے نامور ولی
حضرت محمد الف ثانی کے خلیفہ شیخ کریم الدین بابا
حسن ابدالی کی ہے لیکن 1919ء میں اسے غلط طور پر
شہزادی لالہ رخ کے مقبرے سے موسوم کر دیا گیا۔
اس مزار اور بارخ حسن ابدال (واہ کا شاہی باغ) کو
مغلوں کے مہندس اعلیٰ احمد معمار نے ڈیزائن کیا تھا۔
اسی احمد معمار نے دہلی کی جامع مسجد اور لال قلعے کا
نقشہ بھی بنایا تھا۔

سکھوں سے پہلے حسن ابدال، مغلوں کا بھی پسندیدہ
شہر تھا۔ مغل شہنشاہ کاہل یا کشمیر جاتے ہوئے یا وہاں سے
واپسی پر یہاں قیام کیا کرتے تھے۔ چوتھے مغل شہنشاہ نور
الدین محمد جہانگیر نے اپنی خود نوشت ”ترک جہانگیری“
میں حسن ابدال کا بطور خاص ذکر کیا ہے۔

گوردوارے کی عمارت کی موجودہ ترتیب کچھ
اس طرح سے ہے کہ گوردوارے کے مشرقی
دروازے کے عین سامنے ایک چھوٹی سی مسجد اور چلہ
گاہ ہے۔ اس چلہ گاہ کو بعض لوگ بابا والی قدھاری
اور کچھ بابا گورونانک کی بیٹھک قرار دیتے ہیں۔ پانی کا
تالاب، جس میں مہاشیر مچھلیاں تیرتی رہتی ہیں، اب
اس مسجد کے عقب میں ہے۔ اسی تالاب سے متصل
ایک عمارت مقبرہ حکیموں کہلاتی ہے۔ یہاں دو طبیب
بھائی رہتے ہیں۔ یہ دونوں شاہی حکیم مغل بادشاہ
شہنشاہ جلال الدین محمد اکبر کے وزیر باتدبیر تھے۔ ان
کی یہاں تدفین، شہنشاہ اکبر کے حکم پر ہی ہوئی تھی۔
حکیم ابوالفتح گیلانی کو 1589ء اور حکیم حمام گیلانی کو
1595ء میں یہاں دفن کیا گیا۔

ایک روایت یہ بھی ہے کہ مچھلیوں کا تالاب اور یہ
مقبرہ 1581ء سے 1583ء کے درمیان شہنشاہ اکبر کی
وزارت پر فائز رہنے والے خواجہ شمس الدین خوانی نے
تعمیر کرایا تھا۔ یہ وہی خواجہ شمس الدین خوانی ہیں جن
کی زیر نگرانی 1581ء میں انک کا قلعہ تعمیر ہوا تھا۔

مچھلیوں کے تالاب سے ایک پختہ روش چھوٹے

ویسے تو دنیا بھر سے سکھ یا تری سال میں دو مرتبہ حسن ابدال آتے ہیں لیکن بیساکھی کے میلے پر حسن ابدال کی رونق دیکھنے سے تعلق رکھتی ہے کیونکہ سکھ مذہب کے مطابق بیساکھی کا تہوار صرف اور صرف حسن ابدال کے مقدس شہر میں ہی منایا جاسکتا ہے۔

بیساکھی کے میلے کی ابتدا آریاؤں نے 1500 قبل مسیح سے 500 قبل مسیح کے دوران اپنی ہندوستان آمد پر کی تھی۔ پنجاب میں گندم کی پہلی کٹائی کو خوشی اور دولت کی علامت اور آمد آمد کہا جاتا ہے اور بیساکھی اسی خوشی کے اظہار کا انداز ہے۔

بیساکھی ہر سال 13 اپریل کو منائی جاتی ہے اور سکھوں کے ہاں یہ جشن صرف بابا گورو نانک کے لیے مخصوص ہے۔ 13 اپریل ہندی مہینے بیساکھ کی نیم تاریخ ہوتی ہے۔ 1921ء میں سکھ مذہب کے گوروں (بزرگوں) نے فیصلہ کیا کہ آئندہ بیساکھی کا میلہ نیم بیساکھ 1699ء کی یاد میں ہر سال نیم بیساکھ کو منایا جائے گا۔ اس دن سکھ مذہب کے دسویں گورو گونڈو آئند صاحب (ہندوستان) شہر میں پنج کاف کے نشانات اور ترتیب پیش کی گئی تھی۔

یہاں اس امر کی وضاحت بھی خالی از دلچسپی نہیں ہوگی کہ سکھ مذہب میں ”پانچ کاف“ کو بنیادی حیثیت حاصل ہے اور ایک سکھ کے لیے ان کی پابندی بے حد ضروری ہے۔ یہ پانچ کاف حاصل پانچ چیزیں ہیں جو حرف ”جی“ کے ”ک“ سے شروع ہوتی ہیں۔ ان کے نام پنجابی زبان میں کچھ، کڑا، کرپان، سنگھار، کیس ہے۔ ان ”کافوں“ کی ترتیب یہی ہے۔ کچھ سے مراد جاگلیا ہے جسے پنجابی زبان میں کچھ یا کچھ کہا جاتا ہے۔ ہر سکھ کے لیے ضروری ہے کہ وہ کچھ (انڈرویز) کو

اپنے لباس کا حصہ بنائے۔ کڑا سے مراد لوہے کا کنگن ہے۔ ہر سکھ لازمی طور پر اپنی کلائی میں آہنی کنگن پہنتا ہے۔ کرپان، سکھوں کا چھوٹا سا روایتی خنجر ہے جسے سکھ اپنے لباس میں دائیں جانب اڑستے ہیں۔ سکھوں کے لیے ضروری ہے کہ یہ ہتھیار ہمیشہ اپنے پاس رکھیں۔

کنگھا، ظاہر ہے بال بنانے کے لیے ہوتا ہے۔ سکھ اپنے سر پر بالوں کا جو جوڑا بناتے ہیں، ان میں کنگھا بھی لگایا جاتا ہے جو کلپ کا کام بھی دیتا ہے اور بال سترانے کے کام بھی آتا ہے۔

سکھ مذہب کی آخری لازمی شے کیس ہے۔ پنجابی زبان میں بالوں کو کس کہا جاتا ہے۔ سکھوں پر پابندی عائد ہے کہ وہ اپنے جسم کے بال نہیں تراشیں گے۔ سکھوں کی داڑھیاں اور سروں کے لمبے بال اسی پابندی کی وجہ سے ہیں۔ سروں کے لمبے بالوں کو جوڑے کی شکل میں سر پر باندھ لیا جاتا ہے۔ چڑی پہنی جاتی ہے۔

اب گوردوارہ پنجہ صاحب کا ذمہ دار پاکستان وقف املاک ہے لیکن ایک سکھ مہنت اب بھی گوردوارے میں رہتا ہے تاکہ مریدا کا پالن کر سکے۔ ایک مخصوص تعداد میں سکھوں کی آمد پر جو رونق اور جوش و خروش دیکھنے میں آتا ہے وہ بے مثال ہے۔

پاکستان میں سکھ گوردواروں کی تعداد ایک سو کے لگ بھگ ہے جو ملک کے کئی حصوں میں موجود ہیں مگر سکھوں کے ہاں جو اہمیت گوردوارہ سری پنجہ صاحب کی ہے، وہ کسی اور گوردوارے کی نہیں۔



بچوں کا

وہابی ڈائجسٹ



اشعر رشید - کراچی



عیش فاطمہ - کراچی



حظہ کاشف - کراچی



ارتقاء عیسیٰ - کراچی

ننھا پانڈا اور نیلا بندر

رہتا تھا۔ وہ بچپن ہی سے اپنی
تعریفیں سنا آ رہا تھا۔ ”دیکھو!
کتنا پرکشش ہے۔ اس کے لمبے
بال سونے کے ستاروں کی
طرح چمکتے ہیں۔“

گلو کا چہرہ اور جسم نیلا تھا، لیکن اس کے
بال سنہرے تھے۔ اس کی دم بھی بہت لمبی
تھی جو اسے دوسرے تمام بندروں سے ممتاز

کرتی تھی۔ اس کے والدین نے اسے آزادی دے رکھی
تھی۔ اس وجہ سے وہ کچھ مغرور ہو گیا تھا۔ اس کا خیال تھا
کہ وہ سب سے خوبصورت اور قابل ہے۔
وہ بہت شریر اور چالاک تھا۔ وہ اکثر
دوسروں کو تنگ کرتا رہتا تھا۔ چنانچہ اب دوسرے جانور
اس کے ساتھ کھیلنا پسند نہیں کرتے تھے۔

ایک روز گلو کے والدین اپنے
چہیتے کے لیے پھل جمع کرنے
پہاڑیوں پر گئے۔ گلو گھر پر
ایکلا تھا۔ وہ ایک درخت پر
چڑھ گیا اور سیب کھانے لگا۔
کھاتے کھاتے اس نے سوچا کہ
میں بہت عرصے سے اپنے
دوستوں سے نہیں
ملا ہوں۔ وہ مجھ
سے کترانے لگے
ہیں۔ یہاں مزہ



کھو ایک چھوٹا سا
نیلا بندر تھا اور نیلو ایک
ننھا پانڈا۔ دونوں بہت اچھے
دوست تھے۔ ان کے کچھ
اور اچھے دوست بھی تھے۔
ان میں ایک ہرن کا بچہ،
ایک بھورا خرگوش، ایک نیولا اور
ایک خارپشت شامل تھے۔ وہ
سب ایک پہاڑی جنگل

میں رہتے تھے جہاں درخت، جھاڑیاں، گھاس، بانس اور
جنگلی پھول پہاڑی ڈھلوانوں اور گھاٹیوں
میں اگتے تھے۔ اس خوبصورت جگہ پر وہ
بہت خوش تھے۔

ننھا پانڈا بندر اپنے والدین کے ساتھ جنگل میں اور
ننھا پانڈا اپنے والدین کے ساتھ بانسوں
کے جھنڈ میں بنے ایک غار میں رہتا
تھا۔ گلو اور نیلو روز سانسو کھاتے
تھے۔ انہیں اپنے دوسرے
چھوٹے دوستوں کے ساتھ مل کر
کھیلنے کا بھی بہت شوق تھا۔

لیکن کچھ عرصے بعد گلو
اور نیلو کی دوستی میں کمی
ہونے لگی۔ اس کی
وجہ یہ تھی کہ گلو کی
ہر کوئی تعریف کرتا



بھی نہیں آ رہا۔ چلو چلتے ہیں۔

روز درخت پر چڑھتے ہوئے زمین پر گر پڑی تھی۔

چنانچہ وہ ایک درخت سے دوسرے درخت پر چھلانگیں مارتا ہوا چند ہی لمحوں میں بانسوں کے جھنڈ میں پہنچ گیا۔ نیلو وہاں بیٹھا ہوا بانس کی نرم پتیوں کو بڑی رغبت سے کھا رہا تھا۔ اگرچہ وہ صرف ڈیڑھ سال کا تھا، لیکن گلو کے مقابلے میں بہت بڑا اور موٹا تھا۔

ہے...؟“ گلو نے اسے چڑاتے ہوئے کہا۔ یہ سن کر نیلو آپے سے باہر ہو گیا۔ اس نے گلو پر چھلانگ لگا دی۔ نیلو جلدی سے ایک درخت پر چڑھ گیا۔ گلو بھی درخت پر چڑھ گیا، لیکن آہستہ آہستہ۔ ظاہر ہے اس میں بندروں جیسی پھرتی اور مہارت نہیں تھی۔ جب تک وہ درخت پر چڑھا، نیلا بندر دوسرے درخت پر کود چکا تھا۔ نیلو جانتا تھا کہ وہ گلو کو نہیں پکڑ سکتا۔ وہ ایک لمحے تک درخت پر بیٹھا رہا، پھر نیچے اتر آیا۔

”موٹے احمق! تم پھر بانس کھا رہے ہو! اس کا مزہ اچھا نہیں ہوتا۔“ نیلا بندر چیخا۔

”تم بہت بڑے ہو، بس، آج سے میری تمہاری دوستی ختم! میں تمہاری صورت بھی نہیں دیکھنا چاہتا۔“ یہ کہہ کر نیلو بانسوں کے جھنڈ میں گھس گیا۔

”گلو! بانس کی یہ پتیوں بہت نرم اور تازہ ہیں۔ آؤ کچھ تم بھی کھاؤ۔ بڑی مزے دار ہیں۔“ گلو نے دوستانہ انداز میں کہا۔

”تم بہت بڑے ہو، بس، آج سے میری تمہاری دوستی ختم! میں تمہاری صورت بھی نہیں دیکھنا چاہتا۔“ یہ کہہ کر نیلو بانسوں کے جھنڈ میں گھس گیا۔

”نہیں! یہ بد مزہ چیز کون پسند کرے گا...؟“ میری ماں مجھے بہت چاہتی ہے۔ وہ مجھے بہترین چیزیں کھلاتی ہے۔“ اس نے غرور سے کہا۔

”تم بہت بڑے ہو، بس، آج سے میری تمہاری دوستی ختم! میں تمہاری صورت بھی نہیں دیکھنا چاہتا۔“ یہ کہہ کر نیلو بانسوں کے جھنڈ میں گھس گیا۔

اس کی یہ باتیں سن کر نیلو پریشان ہو گیا اور بولا ”میری امی مجھے بہت چاہتی ہیں۔ میری امی دوسروں کا خیال رکھتی ہیں۔ انہیں دوسروں کی مدد کر کے خوشی ہوتی ہے۔ وہ کبھی کسی پر دھونس نہیں جھامتیں۔ یہاں سب ان کی عزت کرتے ہیں۔ میں بڑا ہو کر ان جیسا بنوں گا۔“

گلو سمجھ گیا کہ نیلو اس سے ناراض ہو گیا ہے۔ اس نے چیخ کر کہا ”نیلو، باہر آؤ، میرے ساتھ کھیلو اب میں تمہارا مذاق نہیں اڑاؤں گا۔“ لیکن نیلو چپ چاپ بانسوں کے درمیان بیٹھا رہا۔ گلو تھوڑی دیر اس کا انتظار کرتا رہا اور پھر بے حیائی کے ساتھ اچھلتا کودتا آگے بڑھ گیا۔ اس نے اپنے آپ سے کہا ”اگر نیلو ناراض ہو گیا ہے اور میرے ساتھ نہیں کھیلنا چاہتا تو نہ سہی! میں خرگوش اور ہرن کے بچے کے ساتھ کھیلوں گا۔“

نیلا بندر حقارت سے ہنس ”تمہاری امی بھی تمہاری طرح بد صورت ہیں۔ تمہارا جسم سفید اور کالے بالوں سے ڈھکا ہوا ہے۔ مجھے دیکھو، میں کتنا خوبصورت ہوں۔“

گلو ان کے پاس پہنچ گیا۔ مگر انہوں نے جب اسے دیکھا تو بھاگ کھڑے ہوئے۔

”تو تم بھی میرے ساتھ کھیلنا نہیں چاہتے...؟“ میں اکیلا بھی کھیل سکتا ہوں۔“ اس نے اپنے آپ سے کہا۔

گلو انگوروں کی ایک تیل پکڑ کر جھولا جھولنے لگا۔ لیکن جلد ہی آگیا۔ اس نے ایک ہند اڑ کر اسے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”گلو، اب اگر میری ماں کو کچھ کہا تو میں تمہارا لحاظ نہیں کروں گا۔“

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

”اے جاؤ، تمہاری ماں تو بے وقوف ہے۔ اس

وہ نیلو کا شکر گزار تھا۔ بھیڑیے ابھی تک نیچے کھڑے انہیں وحشت بھری نظروں سے دیکھ رہے تھے۔ بڑا بھیڑیا اپنی پچھلی ٹانگوں پر کھڑا ہو گیا اور سر اٹھا کر بولا ”میں ننھے پانڈے کو نہیں چھوڑوں گا، کیونکہ اس کا گوشت بندر کے مقابلے میں زیادہ چربی والا اور تازہ ہو گا۔“

”کاش پانڈے کا بچہ نیچے گر جائے۔“ چھوٹے بھیڑیے نے حسرت سے کہا۔

”مرگز نہیں پانڈے کو میں اکیلا کھاؤں گا، تم بندر کو کھا لیتا۔“ بڑے بھیڑیے نے غر اکر کیا۔

”یہ نہیں ہو گا، اسے پہلے دیکھا بھی میں نے تھا اور کھاؤں گا بھی میں۔“ چھوٹا بھیڑیا بھی غرایا۔

دونوں کی ٹھکار ہاتھ پائی تک پہنچ گئی۔ دونوں ایک دوسرے پر جھپٹے اور زمین پر لوٹنے لگے۔ ادھر بندر نے کچھ کانٹے دار پھل اٹھائے اور چھوٹے بھیڑیے پر پھینکنے لگا۔ لیکن اس پر کچھ اثر نہ ہوا تو پانڈے نے ایک دم اس پر چلانگ لگا دی۔ بھیڑیے کو یوں لگا جیسے اس کی کمر پر بھاری چٹان آن گری ہو۔ چھوٹے بندر نے بھی ایک برا پیچھا اٹھایا اور بھیڑیے کے سر پر دے مارا۔ ان اچانک حملوں نے بھیڑیے کو بوکھلا دیا اور وہ بھاگ کھڑے ہوئے۔

چھوٹا نیلا بندر ننھے پانڈے سے شرمندہ تھا۔ وہ اپنے کیے پر پچھتاہٹا تھا۔ وہ بولا ”میں اپنا مقابلہ ننھے پانڈے سے نہیں کر سکتا، آئندہ میں اس سے سیکھوں گا۔“

یہ سن کر ننھا پانڈا اثر ما گیا اور اپنے بچوں سے چہرہ چھپاتے ہوئے بولا ”دوست وہ ہے جو مصیبت کے وقت کام آئے، میں نے تو محض اپنی دوستی نبھائی ہے۔“



قریبی درخت پر بیٹھ گیا اور درخت کے تنے کو کریدنے لگا۔ گلو نے ایک اخروٹ اٹھا کر ہند کو مارا۔ ہند نے اسے گھور کر دیکھا اور وہاں سے اڑ گیا۔

گلو کو پھر تنہائی کا احساس ستانے لگا۔ وہ جنگل کے قریب ایک چشمے پر چلا گیا۔ وہاں اس نے پانی پیا۔ پانی میں اچانک اس نے دو جانوروں کو اپنی طرف بڑھتے دیکھا۔ وہ مڑا تو حیرت سے بت بن کر رہ گیا۔ بڑی خوفناک شکلیں تھیں۔ اسی لمحے کوئی صنوبر کے درخت سے چلایا ”گلو، بھاگو! یہ بھیڑیے ہیں، یہ تمہیں کچا چبا جائیں گے۔ اوپر آ جاؤ۔“ گلو پہچان گیا۔

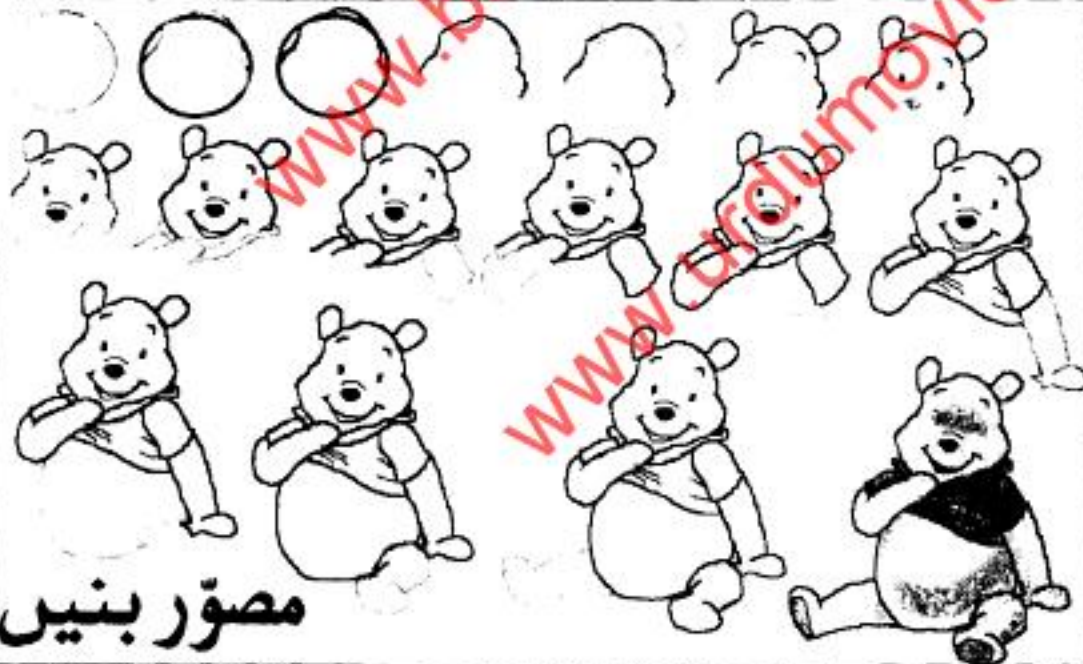
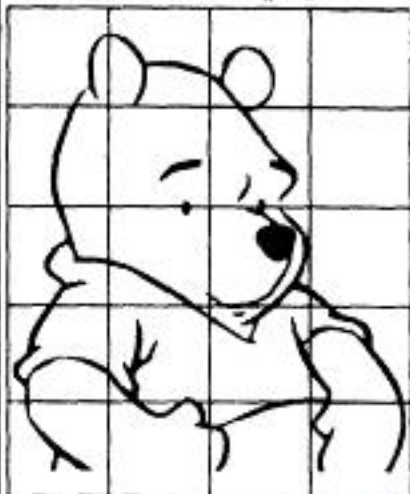
یہ ننھے پانڈے نیوکی آواز تھی۔ وہ جلدی سے صنوبر کے درخت کی طرف دوڑا۔ دونوں خوں خوار بھیڑیے بھی اس کے پیچھے بھاگے۔

”جلدی سے درخت پر چڑھ جاؤ دوست!“ ننھا پانڈا اپنے ناخوشگوار جھگڑے کو بھلا کر چیخا۔ گلو صنوبر کے درخت کی طرف لپکا، لیکن ابھی وہ اوپر چڑھنے ہی والا تھا کہ بھیڑیوں نے اسے آلیا۔ بڑے بھیڑیے نے اس کی دم سے میں رہائی۔ گلو کا برا حال تھا۔ وہ درخت پر چڑھنے کے لیے سخت جدوجہد کر رہا تھا۔ ننھے پانڈے نے اسے اوپر چھیننے کے لیے اپنا پنجہ بڑھایا، لیکن بھیڑیے نے تب تک اس کی آگاہی دم چا ڈالی۔

تکلیف سے گلو کی آنکھوں میں آنسو آ گئے۔ بھیڑیے درختوں پر نہیں چڑھ سکتے تھے، اس لیے وہ نیچے ہی سے غصیلی نظروں سے بندر اور پانڈے کو دیکھتے رہے۔

نیلو آہستہ سے گلو کی طرف بڑھا جس کے حواس اب بحال ہو چکے تھے۔ وہ سوچنے لگا کہ اگر آج ننھا پانڈا مدد نہ کرتا تو بھیڑیے مجھے چیر پھاڑ کر کھا جاتے۔

تصویر دیکھ کر ہو پو نکس بنائیں



مصور بنیں



بے وقوف: وہ ایسے کہ میں نے
والہی کا ٹکٹ خرید لیا مگر میں واپس
ہی نہیں گیا۔

(مرسلہ: شہزاد علی۔ فیصل آباد)

کافور سے ماں اپنے بیٹے سے
ملنے شہر گئی۔

باتوں باتوں میں بولی: کوئی خاص بات ہو
تو فون کر لیا کرو بیٹا۔

بیٹے نے حیرت سے کہا: ائی! آپ کے
ہاں تو فون نہیں ہے۔

ماں نے کہا: میرے ہاں نہیں ہے تو کیا
ہوا، تمہارے ہاں تو ہے۔

(مرسلہ: محمد یاسر۔ راولپنڈی)

ایک بچی دوڑتی ہوئی اپنے ابو
کے پاس آئی اور کہنے لگی: ابو آسمان
پر بادل آئے ہیں۔

اس کے ابو مطالعہ میں مصروف تھے،
بغیر دیکھے کہنے لگے: انہیں ڈرائنگ
روم میں بٹھاؤ میں کپڑے بدل کر
اجی آتا ہوں

(مرسلہ: شمیم شاہد۔ گوجرانوالہ)

نہ پہچان لیں۔

(مرسلہ: مہتاب خان۔ کوئٹہ)

ایک پاگل اپنے مکان کی
چھت پر چڑھا۔ اتفاق سے ایک کوا
بھی چھت پر آ بیٹھا۔

پاگل جلدی سے نیچے اترا اور
سیڑھی بنا کر بازار میں تو سیڑھی
سے اتر آیا، اب تم کیسے اترو گے....؟

(مرسلہ: محمد ناصر۔ لاہور)

ماں (بیٹے سے): بیٹا، چھت
بولنا بری عادت ہے اس سے گمنام
ہوتا ہے۔

بیٹا: اچھا تو امی مجھے یہ بتائیں کہ بسکٹوں
کا بازار آپ کل بازار سے لائی تھیں وہ
آپ نے کہاں رکھا ہے....؟

(مرسلہ: عزیز رضا۔ کراچی)

ایک دوست (دوسرے
دوست سے): مجھے ریاضی کے
استاد بالکل اچھے نہیں لگتے۔

دوسرا دوست: کیوں کیا ہوا....؟

پہلا دوست: کل انہوں نے بتایا، چار
اور ایک پانچ ہوتے ہیں اور آج کہہ
رہے تھے وہ اور تین پانچ ہوتے ہیں۔

(مرسلہ: وحید احمد۔ لاہور)

ایک بے وقوف (اپنے
دوست سے): آج میں نے ریلوے
والوں کو بہت بڑا دھوکہ دیا۔

دوست: وہ کیسے....؟

....ہاپ: بیناروزانہ کہیں جانے

سے انسان کی عزت گھٹتی ہے۔

بیٹا: ٹھیک ہے، پھر میں کل سے
اسکول نہیں جاؤں گا۔

(مرسلہ: مصباح فتح۔ کراچی)

ایک کنجوس بحری جہاز میں ایک
ملک کی بندرگاہ پہنچتا ایک غوطہ خور پر
نظر پڑی جو پانی سے نکل رہا تھا۔

کنجوس نے ٹھنڈی سانس لیتے ہوئے کہا:

میں بھی کتنا بے وقوف ہوں! یہ خیال
پہلے کیوں نہ آیا! خولہ خولہ کر کے پیسے
ضائع کیے۔

(مرسلہ: کاشان علی۔ میرپور خاص)

....وکیل (ڈاکٹر سے): آپ کی قحاسی
غلطی آدمی کو زمین میں چھوٹا قدر دفن
کر سکتی ہے۔

ڈاکٹر (وکیل سے): ہر آپ کی قحاسی غلطی
اسے زمین سے چھوٹا کر لے سکتی ہے۔
(مرسلہ: حبیب ناصر۔ لاہور)

....شوہر (بیوی سے): بیگم!

آج میرے دوست شام کو کھانے پر
آ رہے ہیں۔ تم جلدی سے یہ سامان
گھڑی، جوتے، کھل دان اور

چھتریوں وغیرہ چھپا دو۔

بیوی: کیوں....؟ کیا آپ کے
دوست چور ہیں....؟

شوہر: نہیں، یہ بات نہیں۔ میں
ڈرتا ہوں کہیں وہ لوگ اپنی چیزیں

مرکزی مراقبہ ہال

سر جانی ٹاؤن کراچی میں جذبہ خدمتِ خلق کے تحت

جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح

7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات

4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ عظیمہ جامع مسجد سر جانی ٹاؤن میں اجتماعی محفل مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت کریمہ کا ختم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ

خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محفل مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعا کی قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محفل میلاد کا انعقاد

کرائیں اور حسب استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

محفل مراقبہ



شاگرد۔ خالدہ جاوید۔ غلام اسلم۔ محضری شاہد۔ غلیظ الزمان۔ دانش حسن۔ دانش علی۔ دانش عاصم۔ درخشش احمد۔ درخشش مقصود۔ دروازہ بہت غازی۔ دلاور غفور۔ ذکیہ رحمان۔ ذیشان کمال۔

ایشان احسن۔ ربیکہ النساء بیگم۔ راجہ عبد المنانک۔ راجہ علی۔ راحت احسان۔ راجہ علیہ نسرین۔ راشد محمود خان۔ رائی رحمت بی بی۔ رحمان بی بی۔ رحمان یاسمین۔ رخشندہ ظفر۔ رضوان احمد۔ رضوانہ ناز۔ رضوانہ ناصر۔ رضیہ اقبال۔ رفعت مقصود۔ رفعت عابد۔ رفعت ہمار رقیہ

فردوس۔ رمشا احمد۔ رمشا ناصر۔ روینہ اسلم۔ روینہ اکرم۔ روینہ ذوالفقار۔ روینہ یاسمین۔ روینہ اسلم۔ روزینہ اشرف۔ روٹی شاہ۔ ریاض خمیر۔ ریحان علی۔ ریحانہ خانم۔ ریحانہ ملک۔ ریحانہ ناز۔ ریحانہ یاسمین۔ ریحانہ جاوید۔ زاہد حسین۔ زاہد سعید۔ زاہد لطیف۔ زاہد پرویز۔ زبیدہ ناز۔ زبیدہ علی۔ زر قاسم۔ زرینہ احمد۔ زرین صدیقی۔

زینبہ حسنین۔ زینیرہ خالد۔ ذوالفقار شاہد۔ زینبہ عادل۔ سازو بی بی۔ ساجد اقبال۔ ساجدہ سکیم۔ ساجدہ امین۔ ساجدہ بیگم۔ ساجدہ عادل۔ سجاد شاہد۔ سحر انور۔ سرشار جہاں۔ سرور کاشف۔ سعد قریشی۔ سعدیہ اختر۔

سعدیہ یاسمین۔ سعدیہ ناز۔ سعید احمد۔ سعیدہ بی بی۔ سکینہ بانو۔ سلطانہ ولی۔ سلطان علی۔ سلطان خان۔ سلمان سعد۔ سلمان علی۔ سلمیٰ بیگم۔ سلیم آفاق۔ سلیمان اعظم۔ سمیرا انصاری۔ سمیرا کنول۔ سمنیل قاسم۔ سنیل ریاض۔ سنیا اطہر۔ سید احمد علی۔ سید آصف علی۔ سید

کراچی :- آنحضرت احمد۔ آمنہ بیگم۔ آمنہ شاکر۔ آمنہ احمد۔ آمنہ طاہرہ۔ آمنہ خان۔ آنحضرت حسن۔ آصف علی۔ آصف محمود۔ احسان اللہ خان۔ احسان ریاض۔ احسن ریاض۔ احمد فیصل۔ اختر

احسن۔ ارسلان خمیر۔ ارسلان خان۔ ارم خالدہ۔ ارم علی۔ اسماء ارم۔ اسماء علی۔ اسماء علیہ فاروقی۔ اشتیاق شاہد۔ اشتیاق احمد گوہر۔ اشتیاق احمد۔ آصف مدنی۔ اعجاز امرواں۔ اعظم علی۔ آفتاب احمد۔ آفتاب شاہ۔ افسری بیگم۔ اشکین لطاف۔ افضل خان۔ اکبر علی۔ اکرم

دلاور۔ اقبال احمد۔ اقبال علی۔ اقبال محسن۔ امیر الدین۔ انجم صدیق۔ انجم شاکر۔ انجم نور۔ انور جہاں۔ انیلہ بانو۔ انیلہ رفیق۔ انیلہ حسن۔ انیلہ ریاض۔ ایمن خان۔ ایوب فتح۔ افتخار بانو۔ بشری آفتاب۔ بشری احمد۔ بشری فیاض۔ بلال حامد۔ بلال قریشی۔ بلال فیض بی بی۔ بلال فیض

اشتیاق۔ بی بی صدیقہ۔ پرویز انور۔ پروین اختر۔ ساجدہ شہیر۔ ساجدہ الدین۔ حسنین سمیع۔ حسنین قاسم۔ حنیفہ صبا۔ حور اختر۔ حمیدہ انور۔ حمیدہ مقصود۔ تیمور خان۔ حنا حبیب۔ حورہ۔ حوث سلطانہ۔ حوث شہزاد۔ شریارشد۔ شریانی بی بی۔ شہینہ منظور۔ شہینہ شمشیر۔ شہینہ پرویز۔ جاوید اصغر۔ جاوید بطل۔ جہشہ اقبال۔ جمیلہ بیگم۔ جمیلہ بانو۔

جمیلہ اختر۔ جویریہ سحر۔ جیا محمود۔ حاجی مراد۔ حاجی یعقوب۔ حافظہ اشتیاق گوہر۔ حافظہ جمال۔ حبیب احمد۔ حسن فاروق۔ حسین محمد۔ حفصہ احمد۔ حفیظہ بی بی۔ حمیرا امین۔ حمیرا انیس۔ حمیرا شاہنواز۔ حنا

دان علی۔ سید احمد حسین۔ سید توصیف حیدر۔ سید مسن جاوید۔ سید قمر
 عالم۔ سید راشد علی۔ سید شاہد احمد۔ سید شہاب احمد۔ سید عارف علی۔ سید
 عرفان جعفری۔ سید عرفان علی۔ سید عظمت علی۔ سید علی شاہ۔ سید
 قادر علی۔ سید فواد احمد۔ سید مرشد حسن۔ سید نعمان علی۔ سیدہ قمر
 احمد۔ سیدہ یاسمین۔ شائستہ ارم۔ شاذیہ تیمور۔ شاذیہ سعید۔ شاذیہ
 عادل۔ شاذیہ عامر۔ شاذیہ مقبول۔ شاذیہ نور۔ شان عباس۔ شاہد انور۔
 شاہد بشیر۔ شاہد نیکم۔ شاہد پروین۔ شاہدہ عاشق۔ شاہدہ محمود۔ شاہدہ
 نسreen۔ شاہدہ۔ شاہدہ کنول۔ شاہدہ ناز۔ شاہدہ سلیم۔ شبنم مجید۔ شرف
 الدین۔ شعیب خان۔ شعیب احمد۔ شکیل خان۔ شکیلہ پروین۔ شکیلہ
 طاہر۔ شمس الدین۔ شمس النساء۔ شمسہ۔ شمشیر انور۔ شمیم احمد
 صدیقی۔ شمیم سعیدہ۔ شوکت حسین۔ شیر یار۔ شیراز
 عبدالرحمن۔ شیراز ممتاز۔ شہناز فانی۔ شیخ کامران عزیز۔ شیخ کامران
 عزیز۔ شیر علی خان۔ شیریں۔ صائمہ ایوب۔ صائمہ راشد۔ صائمہ
 زرین۔ صائمہ صدق۔ صائمہ نازم۔ صائمہ نورین۔ صابرہ نیکم۔ صبا
 پرویز۔ صبا حیدر۔ صدف حسن۔ صدف رحیم۔ صدف الدین۔ صندور
 اقبال۔ صوفیہ بانو۔ طارق سعید۔ طارق مجید۔ طارق سلیم۔ طارق محمود۔
 طارق وسیم۔ طاہرہ احمد۔ طاہرہ افشین۔ طاہرہ نیکم۔ طلعت
 ریاض۔ طلعت حبیب۔ طیبہ طاہر۔ ظفر اقبال۔ ظہیر الحسن شاہد۔ عائشہ
 یاس۔ عائشہ ناصر۔ عائشہ احمد۔ عابد عباس۔ عارف علی۔ عارف نیکم۔
 عارف مجسم۔ عارف سلطانہ۔ عاشق علی۔ عاصم رضا۔ عاصم قریشی۔
 عاصم سلطانہ۔ عالیہ شاہد۔ عامر احسن۔ عامر خان۔ عامر مراد۔
 عبدالرحمن۔ عبدالرزاق۔ عبدالعظیم۔ عبدالغفار۔ عبدالواحد۔
 عبدولی۔ عتیق الرحمن۔ عثمان حبیب۔ عدیلہ نسیم۔ عرفان جعفری۔
 عرفان منیر۔ عرفان راشد۔ عفت شاہد۔ مصمت معراج۔ عطیہ حامد۔
 عظمیٰ پروین۔ عظمیٰ توصیف۔ عظمیٰ عزیز۔ عظمیٰ عمران۔ عظمیٰ
 کامران۔ علی احمد۔ علی الطہر۔ علیم الدین۔ عم کلثوم۔ عمران خان۔
 عمران عباس۔ حمایت نیکم۔ عمیرین صدیقی۔ عینی شاہد۔ غزالہ پروین۔
 غزالہ فاروق۔ غفر علی۔ غلام اکبر۔ غلام عظیم۔ غلام سول۔ غلام
 صفدر۔ غلام علی۔ فیور حسین۔ فائزہ نذیر۔ فائزہ یوسف۔ فائزہ احمد۔
 فائزہ علی۔ فاطمہ نیکم۔ فاطمہ عادل۔ فزاد حسین۔ فرح راشد۔ فرح
 سلطانہ۔ فرح عالم۔ فرح فاطمہ۔ فرح ناز۔ فرحان علی۔ فرحانہ
 فرحان۔ فرحت حسین۔ فرحت ناز۔ فرحت جمیل۔ فرح جمیل۔ فرح
 جمال۔ فردوس شاہد۔ فرزانہ انعام۔ فرزانہ۔ فریہ جمیل۔ فرید حسین۔
 فریدہ بانو۔ فریدہ جمال۔ فضل میمند۔ فقیر حسین۔ فواد عالم۔ فوزیہ
 شبنم۔ فہیدہ عظیم۔ فہیم بلوچ۔ فہیم نعیم۔ فیصل شیخ۔ فیصل عامر۔ فیضان
 علی خان۔ قاسم محمود۔ قاضی شیر محمد۔ قرۃ العین۔ قیصر سلطانہ۔
 کاشف۔ کامران اعجاز۔ کرن جاوید۔ کریم جمال۔ کلثوم انور۔ کلثوم بانو۔

کنول ریاض۔ کوثر اقبال۔ انبہ عادل۔ لطیف اشفاق۔ لطیف نور۔ ماجد
 عزیز۔ مجاہد محمود۔ مجاہد ناز۔ مایہ محمود۔ مایہ نور علی۔ مجاہد حسین۔
 مجیب احمد۔ محبوب عالم۔ محسن سکندر۔ محمد ابراہیم۔ محمد احسن۔ محمد
 احمد۔ محمد اسلم۔ محمد اسماعیل۔ محمد آصف۔ محمد الطہر۔ محمد آفتاب۔ محمد
 افضل خان۔ محمد افضل شاہد۔ محمد افضل علی۔ محمد اکرم۔ محمد امین۔ محمد
 انیس۔ محمد انور الدین۔ محمد ادیس۔ محمد بدیعہ۔ محمد پرویز۔ محمد
 جنید۔ محمد حسن شاہ۔ محمد حسن عظیم۔ محمد حسین علی۔ محمد حنیف۔ محمد
 خالد خان۔ محمد رضوان۔ محمد رفیق۔ محمد زبیر خان۔ محمد ساجد لطیف۔ محمد
 سراج۔ محمد سرور شاہ۔ محمد سلطان۔ محمد سلیم خان۔ محمد سلیمان۔ محمد
 شاہد۔ محمد شفیق۔ محمد ظفر۔ محمد عارف۔ محمد عامر۔ محمد عثمان۔ محمد فواز۔
 محمد علی۔ محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد فیب خان۔ محمد ناصر۔ محمد نیل
 مصطفیٰ۔ محمد وسیم۔ محمد یونس۔ محمد نعیم۔ محمد نوید احمد۔ محمد ہاشمی۔ محمد
 یاسر۔ محمد یونس۔ محمد یونس۔ محمد اعظم۔ محمد حنیف۔
 محمد عبدالغفور۔ محمود عالم۔ محمود یاسر۔ مدثر عالم۔ مراد خان۔ مرزا زاہد
 بابر۔ مرزا عمیر حفیظ۔ مریم فیصل۔ مریم ناز۔ مسز کلائی۔ مسعود
 احمد۔ مسعود کمال۔ مشتاق احمد۔ مصدق خان۔ مصطفیٰ مظہر۔ مصطفیٰ
 علی۔ مطلب حسین۔ معزم حیدر۔ مقبول عالم۔ مقصود احمد۔ مقصود
 عالم۔ ملیہ احمد۔ ملیہ خان۔ ملیہ سعید۔ ممتاز اعظم۔ منصور۔ منصور عالم۔
 منور بابر۔ منور سلطانہ۔ منیہ ہاشمی۔ منیرہ سلیم۔ موسیٰ خان۔ میر
 النساء۔ میرین اشید۔ میر جمیل۔ میر ظہیر الدین۔ میوند طاہر۔ میونس
 انور۔ میونس جمال۔ ناصر عزیز۔ نادیہ اکرم۔ نادیہ طاہر۔ نیل خان۔ نیکہ
 نسیم۔ نسیم سلطانہ۔ نذیرہ۔ نذیرہ احمد۔ نذیرہ آزاد۔ نسreen اختر۔
 نسreen خان۔ نسreen جاوید۔ نسreen حیدر۔ ناصر فہد۔ نسیم احمد۔ نسیم
 اختر۔ نسیم صابر۔ نسیم مسعود۔ نصرت ارشد۔ نصیر الدین۔ نعمان
 خان۔ نعیم بلوچ۔ نعیم عظیم۔ نعیمہ وحید۔ نقیر ریاض۔ نفیس احمد۔ نجبت
 سیم۔ نادیہ آفریدی۔ نرہ کنول۔ نرہ نواز۔ نواز شاہ۔ نور الحق۔ نور
 جہاں۔ نوشین۔ نوید احمد۔ نوید سعید۔ نوید فیض۔ نوید فیصل۔ نہال احمد
 صدیقی۔ نصرت شہر یار۔ نصرت منظور شاہ۔ نصرت۔ نظام
 الدین۔ نعمان طارق۔ نعمان یعقوب۔ نور الدین۔ نور الدین۔ نور الدین۔ نور الدین۔
 نورین نعمان۔ نورین خورشید۔ وحیدہ۔ وقار۔ وقاص۔ واجد خٹکی۔
 واصف حسین۔ وراج الدین۔ وجہ خان۔ وحید انور۔ ڈاکٹر فہیدہ۔ ہما
 نفیس۔ ہمایوں خورشید۔ ہمایوں عظیم۔ یاسمین۔ یاسمین۔ یوسف۔
حیدر آباد:- اجمل۔ احمد سعید۔ احمد کبیر۔ احمد نسیم۔ احمد۔
 احمد علی۔ اختر محمد۔ ارشد۔ ارسلان۔ ارشاد۔ ارشد علی۔ ارم۔ اسد۔
 اسامہ۔ اصغر حسین۔ آصف قریشی۔ آصف۔ اعظم۔ افتخار احمد۔
 اقصین۔ اقبال علی۔ اقبال۔ اقراء۔ اکبر بھائی۔ امیرین۔ امجد محمود۔ امیر
 نیکم۔ امیر۔ آمینہ۔ انجم سعید۔ انبالہ۔ بدر علی۔ بشری شاہد۔ بشری

سعید بشری ریاض۔ بہاد الدین۔ تاجندہ۔ جمل حسین۔ تصور جمیل۔
 ثور۔ توصیف۔ تاجب۔ ثروت۔ ثریا بانو۔ ثمینہ نور۔ ثمینہ۔ ثناء
 قاطبہ۔ شہ فیصل۔ شہ محمل۔ شہ نور۔ شہ جہان محمد۔ جہاد۔ جعفر۔
 جہید۔ جہانزیب۔ عارث۔ حافظ نسیم۔ حافظہ۔ حبیب عالم۔ حسین
 بخش۔ حسین۔ حسین۔ حیدر۔ حیدر علی۔ خالدہ۔ خرم شہزاد۔ خرم۔ غلیل۔
 خواجہ راجہ۔ دانش۔ درخششاں۔ دلاور حسین۔ دلشاد۔ راجہ۔ راحت
 قاطبہ۔ راحیلہ۔ راشدہ۔ رحمان۔ رحمت۔ رحیم۔ رخسانہ احمد۔ رسول
 بخش۔ رضا علی۔ رضوان طاہر۔ رضیہ مجید۔ رفیق شکور۔ روینہ غوری۔
 روینہ اشرف۔ ریاست علی۔ ریاست خان۔ ریحانہ علی۔ زاہد محمود۔
 زہینہ عاشق۔ زہینہ جمیل۔ زہرہ حیدر۔ ساجدہ شفیق۔ سجاد احمد۔ سدوہ
 کاشمی۔ سدوہ شاہد۔ سعیدہ مصور۔ سلمان رفیع۔ سلمان قاطبہ۔ سلمیٰ
 روین۔ سحیح اللہ۔ سحیح غفور۔ سونیا علی۔ سید احمد علی شاہ۔ سید کاشف۔
 سید محمد منور۔ سیدہ مہرین بانو۔ سیماکبر۔ سیماء شاکستہ رضا۔ شاہ زیب۔
 شاہد جمال۔ شاہد نسرین۔ شاہد بانو۔ شرمین کنول۔ شگفتہ عابدہ۔ شملکہ
 فاروق۔ شمس الدین۔ شمع حیدر۔ شمس جہاں۔ شہزاد خالد۔ شہناز خالدہ۔
 صائمہ مجید۔ صادق حیدر۔ صبا علی۔ صدف نقیس۔ صفیر حسن۔ صفیہ
 اختر۔ صفیہ بیگم۔ صنوبر شفیق۔ ضمیرہ بیگم۔ عابدہ خالدہ۔ طارق جمیل۔
 طاہر محمود۔ طاہر احمد۔ طاہرہ طفیل۔ عارف جمیل۔ عاصمہ بی بی۔ عامر
 اسد۔ عامر سحیح۔ عامر ضیاء۔ عامر اسد۔ عبد الغفور۔ عبد اللہ۔
 عبد اعظم غوری۔ عبد الغفور۔ عبد الغنی۔ عبد الکریم۔ عبد الوہید۔
 عبین۔ علی اکبر۔ علی ہادی۔ علی رضوان۔ علی نواز۔ علیشاہ زہد۔ عمران
 خان۔ علیا علی۔ غلام قاطبہ۔ قاطبہ علی۔ فرحان احمد۔ فرحان
 طاہر۔ فرحندہ خالدہ۔ فرزانہ جمیلہ۔ فرقان علی۔ فرقان حنیف۔ فضیلہ
 شہباز۔ فلک محمد۔ نعیم اختر۔ نعیم اللہ۔ کنزہ محمود۔ کنول مجید۔ کنول
 علی۔ کوثر پروین۔ کوثر کبیر۔ کوثر شہد۔ کوثر شہناز۔ گل رش۔ گلزار
 مجید۔ لایب قر۔ لاریب فیاض۔ ملی رضا۔ ماریہ انعم۔ ماریہ کاشف۔ ماریہ
 قاضی۔ مبین احمد۔ مبین علی۔ محمد حسن۔ محمد ارشد۔ محمد اسلم۔ محمد
 اعظم۔ محمد امان اللہ۔ محمد امجد۔ محمد الود۔ محمد عابدہ۔ محمد جمیل۔ محمد
 جمید۔ محمد جواد۔ محمد حیات۔ محمد دانش۔ محمد ذہیر۔ محمد شاہد۔ محمد
 شعیب۔ محمد طارق۔ محمد علی۔ محمد عظیم۔ محمد غار۔ محمد عمران۔ محمد فیصل۔
 محمد گل۔ محمود حسین۔ مشتاق احمد۔ مصطفی حیدر۔ مطلوب امین۔ منصور
 حسن۔ منصور رضیہ۔ منصور مرزا۔ منور سلطانہ۔ منیر خالدہ۔ مہوش خان
 آفریدی۔ ناصر نعمان۔ نبیدہ اختر۔ نجمہ اکبر۔ تربت حسین۔ نسرین
 جمال۔ نسیم احمد۔ نسیم احمد۔ نصیرہ بیگم۔ نور العین۔ نور النساء۔ نور
 جہاں۔ نور محمد۔ نور نگر۔ نورین اختر۔ نورین۔ نوشاہہ قیوم۔ نوشین
 انگر۔ نوید اقبال۔ نیاز احمد۔ نادیہ اعجاز۔ نادیہ جیلانی۔ نازش نواز۔

نازیہ۔ نازیکہ۔ نعم علی۔ ندیم یعقوب۔ نذر خان۔ نہایت عارف۔ نسیم
 اختر۔ نسیم اطہر۔ نثار انوار۔ نصیب النساء۔ نصیب خان۔ نصیر۔ نسیم
 حائل۔ نسیم مسرور۔ نجبت۔ نورناہیدہ۔ نوید مسرور۔ وسم۔ واثق علی۔
 واصف علی۔ وحید علی۔ ہاجرہ بی بی۔ ہارون اشرف۔ ہانیس۔ ہمزہ
 طاہر۔ یاسر عرفان۔ یاسمین کوثر۔ یاقوت شاہزیب۔ یعقوب ابراہیم۔

شہور:-

ابوبکر۔ احمد اقبال۔ احمد حسن۔ اسلم شاہد۔ ارشد احمد
 علی۔ ارم۔ اسد۔ اسماہادیہ۔ اسد اشتیاق۔ اشرف۔ اصغر۔ آصف۔
 آصف۔ اعجاز احمد۔ اقبال۔ اکرام اللہ۔ آمنہ بی بی۔ آمنہ۔ انم رضا۔
 انیلہ بٹ۔ بانی اقبال۔ بشری۔ بلال صابر۔ پاکیزہ۔ پروین۔ تنویر۔
 ثمن۔ ثمینہ۔ ثناء۔ ثوبہ۔ جاوید۔ جاوید۔ جہانگیر۔ مناصر۔ حیدر علی۔
 خالدہ۔ غلیل احمد۔ داؤد۔ عاقلہ۔ دل نواز۔ ڈیشان۔ راجش احمد۔
 رحمان۔ رفعت۔ رقیہ۔ رمل اشرف۔ روینہ۔ زاہد حسین۔ زاہد محمود۔
 زہد۔ زہد بیگم۔ زہدہ زینت۔ سازہ بانو۔ سازہ۔ ساجدہ بیگم۔ سلمان
 جاوید۔ سدوہ۔ حدیہ۔ سلمان۔ سلمیٰ اشفیق۔ سراج۔ سمیرا۔ سہیل
 احمد۔ سید واصف علی۔ شائستہ جمیل۔ شادیہ۔ شاہد رحمان۔ شاہد
 رسول۔ شاہد محبوب۔ شاہدہ شائستہ۔ شیر حسین۔ شکیل۔ شگفتہ۔
 شملکہ۔ صائمہ۔ صحر۔ ضمیرہ الحق۔ حازہ۔ طارق لطیف۔ طفیل۔ ظفر
 احمد۔ ظہور۔ عائشہ۔ عابدہ بیگم۔ عائشہ۔ عاشق حسین۔ عاصم۔ عامر
 محمود۔ عباس۔ عثمان۔ عرفا۔ عرفان مقبلی۔ عرفان۔ عرفان۔ غلام
 عرفان۔ عروسہ۔ علی۔ عمر۔ عمران افضل۔ عمران۔ غزالہ۔ غلام
 عباس۔ غلام محمد۔ فارزہ۔ فاروق احمد۔ غلامہ۔ فریدہ
 جاوید۔ فہد۔ قدوسیہ۔ قرۃ العین۔ کائنات۔ کامران۔ کامران شہناز۔
 محمد مبارک علی۔ مشرور۔ محمد احمد۔ محمد ارشاد خان۔ محمد اسلم۔ محمد
 امین۔ محمد باہر۔ محمد راشد۔ محمد زہیر۔ محمد شہزاد۔ محمد عرفان۔ محمد علی۔
 محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد مجاہد۔ محمد نواز۔ محمد نور۔ محمد قاسم۔ مدثریت۔
 مدثر حسین۔ محمد علی۔ مظاہر اقبال۔ ملک عاصم سعید۔ ملک وحید۔ منظور
 احمد۔ منیر احمد۔ مہرین۔ مہرہ۔ مہک۔ مہناز۔ مہوش۔ میان مشتاق احمد۔
 نجمہ۔ نسرین۔ نصرت۔ نعمان۔ نعیم احمد۔ نعیم علی۔ نعیم۔ نورین۔ نوید
 احمد۔ نوید حسین۔ نعیم۔ نازش مراد۔ نازش۔ نازیہ شیرازہ۔ نازیہ شہباز۔
 نازیہ۔ نازہ۔ ناصر۔ نائلہ خان۔ نائلہ زہیب۔ نایاب۔ نیکول۔ نساء۔
 نسرین احمد۔ نسرین شاہد۔ نسرین بانو۔ نسیم شائین۔ نصرت۔ نسیم۔
 نجبت۔ نور زادی۔ واصف۔ واصل۔ وقار احمد۔ واجد خٹکی۔ وجاہت
 ریاض۔ وردہ احمد۔ وردہ سلیم۔ وسیع اکرم۔ وسم اعظم۔ وقاص۔

راولپنڈی/اسلام آباد :- آصف جاوید۔ آصف
 خان۔ آصف عباس۔ ادیس محمد ملک۔ بانی نجبت پروین۔ بشیر بیگم۔
 بادل حسین۔ بنت حواء۔ بہرہ حیدر۔ بیتش حسن۔ بیتش عامر۔ تاج۔
 تنویر اقبال۔ ثریا۔ ثوبہ۔ تبسم۔ عافہ مہناز۔ حسن اختر۔ حیدہ حیرا۔

[illegible]

فیصل آباد:- آجیہ سرفراز، آفتاب، حال، اللہ بخش، محمد حسین، احمد سلمان، احمد مسعود، ارشد قیاس، ارم، خوشنود، ارم، شائین، اریدہ، سعد، احمد مسعود، ایشاق صادق، اقرار، اختر، امیر سعید، انور کلثوم، انجم بلال، انجم سرفراز، انجم، انور مقصود، یاسین، عزیز، بشری جاوید، بشری شیخ پروین اختر، تحریم شیخ، خیر احمد، جابر حفیظ، جاوید اقبال، جمیل اختر، حاجی عزیز، حریم شیخ، حمیرا یاسمین، خالد محمود، خالد محمود، قمر سرفراز، خوشنود احمد، ذکیہ، ذوالفقار علی، ذیشان فاروقی، رکیہ خاتون، راجہ نسیم، راحت حسین، راشد گل، راشد منیر، رضوان احمد، رضوان، رفعت شائین، رفیق

شاهین - رویہ شایین - زاهد و سیم - زاہدہ یا سیمین - ذراشال - ذرین
 چن - زیب النساء - ساجد ہادیہ - ساجد حسین - ساجد علی - ساجد میر -
 سر فراز اللہ خان - سر فراز خان - سعد حسین - سعدیہ کتول - سعیدہ -
 شازیہ اعظم - شازیہ - شاہ میر - شاہ اقبال - شاہدہ یا سیمین - شیراز
 عطاری - صفیہ - طارق محمود - طارق - عابدہ صادق - عاشق رسول -
 عاصف اسماعیل - عاصم اقبال - عباس قادری - عبد الرزاق -
 عبد الرشید - عبد السلام - عبد المناک - عدنان - عدیل اختر - غدا
 مقصود - غدا - عرفات احمد - عرفان قادری - عظمیٰ نیاز - علی عمران -
 عمران - عنبر ارم - عنبرین اسلم - فدوی فرخ و زیبہ - فیصل غوثی -
 کباب دین - کھرا بی بی - کھنکھور - کلثم عظیم - کنجی شاہین - محسن -
 محمد اختر - محمد ارشاد - محمد اسلم - محمد آصف - محمد افضل - محمد اقبال - محمد
 شفیع - محمد شفیق - محمد کھیل - محمد صادق - محمد محسن - محمد عزیز - محمد
 عظیم - محمد سکس - محمد نعمان - محمد نواز - محمد راجہ - مریم جان - سرت
 جہاں - مصباح - طلبہ ہادیہ - مہرین فتح - مہرین طاہرہ - مہمان محمد - نازیہ
 نکیم - نازیہ کنولی - نصیر احمد - نصیر الدین - نعمان - عجت جبین - عجت
 طاہرہ - نور خاتم - نور انیس - نورین طاہرہ - نوشین اسلم - نوید اسلم -
 نوید حسین - نویدہ - وقار احمد - وقار احمد - وقار عدیل - یاسین اختر -

میر پور خاص۔ اہل علی۔ ارشاد بی بی۔ ارم علی
مصباح۔ اسلم محمد فریدو۔ اکرم الطاف بی بی۔ آسیا احمد۔ احمد۔ ابدو
احمد۔ انور۔ انبالا۔ ابرار۔ انکھرا اقبال۔ اعظم۔ اقراء متکبر۔ احمد۔ انعم
راشد۔ بشارت۔ بشرہ بی بی۔ بشری۔ بلال۔ بشری۔ پروین۔ سنان
المن۔ صاحب اقبال۔ ثروت جہاں۔ حمیدہ معراج۔ جاوید لکھانی۔ سمیرا
فطیل۔ خالد حیدر خان۔ ذوالفقار احمد۔ ذوالفقار علی۔ روبینہ
پرو۔ رویا یاس۔ سعدیہ اجمل۔ سمیرا فطیل۔ شاہد حسین۔ شاہد محمود۔
شیباز۔ شہناز۔ شہناز۔ صفح محمد انور۔ صبا۔ عابد علی۔ عارف۔ اعتیقہ۔
عارف۔ نایب۔ عامر قادر۔ عائشہ اقبال۔ عبداللہ۔ عثمان شاہ۔ عذرا
نیگم۔ عرفان۔ علی بخت۔ علی رضا۔ علی فراز۔ علینا۔ عمران۔ قانورہ
غوزیہ۔ قمر خان۔ کامران۔ مہنور۔ محترمہ محمودہ نیگم۔ محمد اجمل۔ محمد
اور یس۔ محمد فاضل۔ محمد اقبال۔ محمد سعید۔ محمد عارف۔ منظور حسین۔
مظفر حسین۔ نسکان۔ ناصر محمود۔

گوجرانوالہ: احمد اختر محمود خان نے بی بی آصف - صدف مراد - صفورا تبسم - طارق حفیظ - طاہر اکرام - طاہر محمد - طاہر مختار - شعیب طاہر - عابد عادل - رمن - عادل سلیم - عاصم رشید - عاصم نسیم - حافظ مسکن - حافظ نواز - عامر شیروانی - عامر اقبال - عائشہ خان - محمد اشرف - عبدالحفیظ - عبدالرحیم - عبدالرشید - عبدالرزاق - عبدالغفار - عبد اللہ - عبد المجید صابری - عبید اللہ - عثمان داؤد - سلمان شاہ - سلمان - عدس ارشد - علوی آصف - علوی آصف - علوی ہادیہ

غلام فاطمہ۔ فیاض حسین۔ قمر سلطان۔ کاشف مجاہد۔ مبشر حسین۔ محمد اشرف۔ محمد شفیق۔ محمد عامر۔ محمد کاشف۔ محمد نواز۔ محمد يوسف۔ محمد پونس بت۔ مدیحہ شاہد فاروق۔ مرزا بشیر احمد۔ مسز پروین۔ مقبول احمد۔ مقصودہ۔ ملک محمد انوار۔ منظور بی بی۔ نایاب۔ نجمہ النساء۔ ندیم اختر۔ نذیر بی بی۔ نعیدہ بی بی۔ نعمت بی بی۔ نوید اختر۔ ڈاکٹر سلیم۔ ڈاکٹر غلام ربانی۔ ڈاکٹر مریم۔ ہدون عظیم۔ یاسر اقبال۔

پشاور:- آسیہ قریشی۔ آسیہ ندیم۔ آصف صدیق۔ آفتاب احمد قریشی۔ آمنہ اشرف۔ آمنہ نصیر۔ آمنہ کبیر۔ ابدال خان۔ ادیبہ فردوس۔ ارشاد بیگم۔ اصغر علی۔ افتخار احمد قریشی۔ امیر النساء۔ انور بی بی۔ اولیس بابر۔ بشیر احمد۔ بشیر خان۔ حزیلہ عزیز۔ حور احمد۔ شہینہ پرویز۔ شہ اصغر۔ شہ ستار۔ جمیلہ بی بی۔ چوہدری ہار حسین۔ حامد۔ حسن تقویم۔ حسن۔ حسینہ بی بی۔ خالدہ بی بی۔ دلشاد احمد۔ ذوالفقار علی۔ رانگلہ جاوید۔ راشدہ۔ رباب سلیم۔ ربیعہ منور۔ رشیدہ بی بی۔ رضیہ بی بی۔ ریحان اویس۔ زبیر۔ زمین ندیم۔ زینت فردوس۔ ساجدہ بی بی۔ ساجدہ خاتون۔ ساجدہ محمود۔ ساجدہ سجاد حسین۔ سدرہ گل۔ سعیدہ سلیم۔ سعیدہ کوثر۔ سعید اختر۔ سعید انور۔ سعیدہ بلوچ۔ سلمیٰ شوکت۔ سمیرا امید۔ سمیرا عابدہ۔ سمیع شیراز۔ شاہد صدیق۔ شاہدہ بی بی۔ شہانہ بی بی۔ شعیب ثاقب۔ شفقت حسین بھٹی۔ شفقت اللہ۔ شوکت جاوید۔ شیراز حسین۔ صائمہ مریم۔ طیبہ عنصر۔ ظفر اقبال۔ ہاشمی۔ تمبورا احمد چشتی۔ عائشہ اشرف۔ عابدہ بی بی۔ حامد شفیق۔ عاقب ستار۔ عباس۔ عبدالحمید خان۔ عبدالحق۔ عبدالستار خان۔ عبدالحمید۔ عروا غففر۔ علی احمد۔ علی رضا۔ عمیر سلطان۔ عمیر نصیر۔ غلام عباس۔ فاطمہ نذیر احمد۔ الفت بی بی۔ قیصر امین۔ قیصر ندیم۔ کلثوم نذیر۔ عظیم اللہ۔ عزیز خان۔ کوثر بانو۔ کوش بشیر۔ لطیف اسماعیل۔ مبارک علی۔ محمد احمد۔ محمد اویس۔ محمد راشد۔ محمد اشرف۔ محمد اصغر۔ محمد آصف۔ چشتی۔ محمد اقبال۔ محمد ہرمان۔ محمد بلال۔ محمد حبیب۔ محمد خورشید۔ محمد رزاق۔ محمد رشید۔ محمد رمضان۔ محمد زمان۔ محمد سلیم۔ محمد سلیم۔ محمد شاہد۔ محمد شریف۔ محمد شفیق۔ محمد صدیق۔ محمد طاہر علی۔ محمد عظیم۔ محمد عنصر۔ محمد کامران۔ محمد لطیف۔ محمد نواز چشتی۔ مریم جاوید۔ مصدومہ حمید۔ منظور بی بی۔ مہوش بیگم۔ مہوش یاسر۔ سیال افضل احمد جینی۔ جاوید ظفر۔ نجمہ پروین۔ ندیم اختر۔ نذرت نذیر۔ نصیر احمد۔ نعمان رزاق۔ نکس ستار۔ نور احسن۔ نوید اختر۔ ڈاکٹر یاسر۔ یاسر ندیم۔

سیالکوٹ:- آمنہ۔ ابرار خان۔ اسماعیل بت۔ اجمل رسول۔ احمد حسین۔ بدہ۔ ارشاد بی بی۔ ارشاد بیگم۔ اسامہ محمود بن سعید۔ اسلم۔ اسد قمر۔ اقبال بیگم۔ اقبال۔ امجد عباس۔ امجد بیگم۔ امجدہ۔ انیس عمیر۔ انیدہ جاوید۔ اویس۔ بشارت۔ بلال۔ بیگم اسلم۔ تنسیم۔ حزیلہ۔ حور عباس۔ حجاب۔ شریا بیگم۔ شہینہ کوثر۔ شہینہ۔ جمشید ریاض۔ جمیلہ۔

عصفی نسیم۔ مفت حنیف۔ مفت وسیم۔ مفت یاسمین۔ محی وقاص۔ علی۔ عمران ایس۔ عمران اسماعیل۔ عمر فاروق۔ عمران احمد۔ عمران سرور۔ عمران سید۔ غلام احمد۔ غلام بیانی۔ غلام قادر۔ غلام مصطفیٰ۔ غلام نبی۔ فائزہ بیگم۔ فاطمہ نواز۔ فائزہ فائزہ ارسلان۔ فائزہ کامران۔ فخر سلطان۔ فراز۔ فرحان۔ فرحت کوثر۔ فرح۔ فقیر حسین۔ فوزیہ۔ فیاض۔ فیصل رشید۔ فیض۔ قدیر احمد۔ قریشی۔ کاشف جبار۔ کاشف نواز۔ کامران۔ کرم بی بی۔ کرن شاہد۔ کرن۔ کشور سلطان۔ کلثوم بیگم۔ کلیم خان۔ کنول عطا محمد۔ کنول۔ کوثر انصاری۔ کوثر ظہیر۔ کوثر۔ الاذی ملک۔ الہ آصف۔ النسین۔ ماجدہ۔ ماہ جنسین۔ مبشر اقبال۔ محبوب علی۔ محمد احمد۔ محمد اویس۔ محمد اسماعیل۔ محمد امجد۔ محمد امین عابد۔ محمد اویس۔ محمد آصف۔ محمد تبسم۔ محمد حارث۔ محمد حنیف۔ محمد رمضان۔ محمد زاہد۔ محمد سعید عباس۔ محمد شاہد۔ محمد شفیق گجر۔ محمد طلحہ۔ محمد عظیم شاہ۔ محمد علی صدیقی۔

ملتان:- آپا منظور النساء۔ ارسلان۔ ارشد۔ ارم۔ اسد۔ اسلم۔ آصف۔ افروز۔ اقبال۔ امیر الدین۔ امان اللہ۔ آمنہ۔ امیر گل۔ امیر۔ انیس۔ بشیر۔ شہینہ۔ جان محمد۔ حفصہ۔ حنا۔ غلام رسول۔ حافظ قربان۔ حسن بخش۔ حسن علی۔ حسین علی۔ حلیہ۔ حماد۔ خدیجہ۔ دانش نیاز۔ دنواز۔ دین محمد۔ ذوالفقار۔ راجہ رضوان۔ راجہ۔ رشیدہ۔ رشیدہ۔ رمضان۔ روشن۔ ربیعہ۔ رشیم۔ ساجدہ۔ سجاد حسین۔ سجاد علی۔ سعید۔ سکندر۔ سلیم خان۔ سلیم۔ سیمان۔ سمیرا۔ سمیع اللہ۔ سمیع۔ ساجد۔ سولیا۔ شانستہ۔ شازیہ۔ شاہد علی۔ شاہدہ انور۔ شہیر۔ شاکلہ۔ شمشاد۔ شہناز۔ صبور۔ صدوری۔ الطاف۔ عائشہ۔ عابدہ بیگم۔ عابدہ۔ عامر۔ عبدالحق۔ عبد القدیر۔ عبد المالك۔ عثمان۔ عطاء اللہ۔ علی کبیر۔ عمار۔ غزال۔ نوحہ بخش۔ فاضل۔ فاطمہ۔ فرزانہ۔ ارشد۔ قرۃ العین۔ کائنات۔ گل شیر۔ مادیہ۔ مادیہ۔ مبارک علی۔ مجتبیٰ شاہ۔ حسن عباس۔ حلقہ عامر۔ منظور احمد۔ منظور۔ منور۔ مہران۔ میر زوی۔ نازیہ۔ نازیہ۔ نعیم۔ نواب خاتون۔ نور محمد۔ نوید۔ نیاز محمد خان۔ نیک محمد۔ وحید۔ وزیران۔ وقار۔ ہدایت خاتون۔ بیز۔ یاسمین۔

گجرات:- آغا شاہد۔ ارشاد بی بی۔ امیاز۔ یاسر صدیق۔ فیض اختر۔ حور المعصنی۔ حور حسین۔ جاوید اقبال۔ جاوید اقبال۔ جاوید۔ جمال بی بی۔ حافظ محمد اصغر۔ حسین بی بی۔ حکیم محمد ارشد۔ خورشید بی بی۔ داؤد احمد۔ راجہ بی بی۔ راشد محمود۔ رضوان صاحب۔ رشیدہ بیگم۔ رفعت زاہد۔ زینہ اختر۔ سازدہ۔ ساجدہ۔ سارہ۔ سردار بی بی۔ سید اختر۔ سعیدہ بانو۔ سکینہ بی بی۔ سلیم احمد۔ شہ بیگم۔ شاہد صدیق۔ شریف بی بی۔ شاکلہ تبیین۔ شہباز۔ شہباز کوثر۔ شہناز۔ صفور حسین۔ صفیہ بیگم۔ صفیہ۔ طاہرہ اصغر۔ طیبہ عنصر۔ ظفر اقبال۔ ظہیر اقبال۔ علیہ بانو۔ ہادیہ جبین۔ حامد شاہ۔ عبد الفقار۔ عزیز بن۔

[illegible]

چند نام :- اجالا ریاض - اجالا قمر - استقام - احمد بخش - احمد حسن - احمد ممتاز - احمد رشید - اسلم نواب - اشتیاق - اشتیاق قیصر - اشتیاق محمود - اشتیاق محمد - اصغر علی - الطبر - اعجاز حسین - آذان - اقبال اسلم - اکرام علی - امجد علی - امجد حسین - امیر علی - امیر علی - انجم - انور یحیٰ - انور - بابا فضل - بابا بخش - بابر سلطان - بانو - بہادر علی - بہاول شیر - بیگم عابدہ - بیگم عابدہ - بیگم محمد اسلم - بیگم محمد حنیف - پروفیسر الیاس - پروفیسر سلیم اختر - پروفیسر سلیم اختر - پروفیسر شہباز - پروفیسر طالب حسین - پروفیسر فوٹو - پروفیسر محمد ایوب - پروفیسر الیاس - پروین بانجی - حمیر علی - چوہدری فخر - چوہدری فخر - چوہدری محمد حیات - چوہدری شاد - چوہدری فخر محمد اجاز - حاتم - خاور - حاجی سلیم احمد - حاجی شوکت - حافظ کلیل - حافظ محمد افضل - عالیہ - حسن رضا - نثار رضا - حیدر رضا - خالد پرویز - خالد سراج - خالد محمود - خالد الطبر - خالد و انجہار - خدیجہ بی بی - ذوالفقار حیدر - ذوالفقار علی - رحیم - راحت اکبر - راشد عبداللہ - ربیعہ - رضا - رضوان صفیر -

رضیہ سعید، روچند طارق، زاہد قاسمی، زاہد نور، زاہد علی، زاہد جاوید۔
ساجد اللہ، ساجد علی، سعدیہ، سعید اختر، سعید احمد، سلیم اختر۔ سید
صابر علی شاہ، سید عابد نام، سید عارف رضا، شاہد منیر، شاہد، شبنم
دانی، شیر حیدر، شیر خوار علی، شکیلہ، شوکت نیاز، شوکت تیمور، شیخ
وازع، صفدر علی، صفدر رحیمی، صفیہ بیگم، صفیہ جاوید، طارق سراج۔
طارق محمود، طارق ولایت بیگ، طاہرہ، عابد ام، عابد علی، عارف۔
عاشق علی، عبد الحقیق، عبد الرؤف، عبد السلام، عامر خان، عید علی۔
عید عمن، عریل عارف، عذا محمد گلزار، عرفان چیمہ، عزیز، علی
رضا، علی رضا، عمر، ثوث اختر، فرحت جہاں، فرحت بی بی، فریدہ
جلال، فریدہ اوصاف، فقیر محمد اعجاز، فوزیہ زاہد، فہد، فہیم حسن۔
فیصل، قاضی توقیر، قاضی ظفر، قاضی ظفر، قاضی عادل عباس۔
قاضی مسعود عباس، قاضی مشرف، قاضی نادر، قاضی نادر، کاشف
محمد، کاشف کلیم، کرن نبیل، کرمل نذر حسین، لالہ رشہ، محمد
دراغیم، محمد ارشد، محمد ارشد، محمد اسحاق، محمد اسلم شاہ، محمد اسلم
بیگ، محمد افضل، محمد اقبال، محمد اقبال، محمد انور کمال، محمد انور، محمد
بلش، محمد حسین، محمد رضا فریدی، محمد رضوان، محمد زاہد، محمد سعید
اکبر، محمد شاہ سیر، محمد شاہ، محمد صادق، محمد طاہر، محمد طاہر
رضوان، محمد ظاہر جاوید، محمد افسر، محمد حاتم، محمد عظیم، محمد علی
رضا، محمد علی، محمد غمیر، محمد میر فیاض، محمد فیاض شاہ، محمد فیصل، محمد
گلزار، محمد ندیم، محمد نعیم، محمد یعقوب، مشتاق خان، عذا صدیقی۔
ملک عابد شاہ، ملک عابد، ملک کاشف، ملک کاشف، ملک محمد متفہد۔
مثنی نور، مثنی یونس، مثنی یار، منیر احمد، میر سکندر، میر محمد حسین۔
میاں احمد بلش، میاں اطہر، میاں ساجد حسام، میاں محمد نواز، نازش
نیل، نازش بی، ناصر علی، ناصر جلال، نجمہ، ندیم قادری۔
نہت حسین، نہت ریاض، نسرت جمیل، نسرت حیدر، نرہ خان۔
نرہ گل، نواز شکی، نوری احمد، وہاب ریاض، وہاب خلیل، ڈاکٹر
ناہم علی، ڈاکٹر محمد ارشد، حسین، یونس۔

انک :- آصف - آفتاب احمد - آفتاب جمال - آفتاب حسین -
آفتاب - احسان الدین - امر شاه - ارشد عمران - ارم خوشنود - اریه
نوید - افشار - انجم مال - انور مقبوض - اویس مریم - ابن شہد - بشیر
احمد - بیگم عبد الرزاق - پروین اختر - نور احمد - نور نذر - جوریہ
شاہین - حاتی خوشنود - احمد - حاتی عبد الرزاق - حاتی
مید العزیز - احمد نواز - حمید احمد - حمیرا یاسمین - ریسہ خوشنود - رلق
نیگم - روینہ نصیر - زہدہ یاسمین - زہادہ بیگم - حجاد - سعید احمد - سعید
خان - سعیدہ بی بی - سہیل خوشنود - شازیہ - شاہد محمود - شاہد یاسمین -
شہانو بیگم - کلید احمد - صبیحہ بی بی - شہزادہ شیراز بیگم -



حسب اللہ

ترجمہ: ”ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے“
(سورہ آل عمران: آیت 173)

مسراقبہ ہال ملتان
نگران: کنور محمد طارق عظیمی

947/A، ممتاز آباد بی سی جی چوک، ملتان

پوسٹ کوڈ: 60600

فون نمبر: 061-6525331

افق

ہدایہ عقیدات بحضور

لعل شہباز قلندر

بروز اتوار 22 مارچ 2015ء، سلسلہ عظیمیہ کے اراکین نے اللہ کے دوست حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے مشن کے ایک ممتاز خدمت گار اور سندھ کے عظیم صوفی بزرگ، حضرت لعل شہباز قلندر کے مزار پر حاضری دی۔ کراچی اور سندھ کے دیگر شہروں سے تعلق رکھنے والے اراکین سلسلہ عظیمیہ جنہوں کی تعداد میں سیون شریف میں جمع ہوئے۔

اس موقع پر ایک مجلس مزار کے بھی منعقد ہوئی، ڈاکٹر، قاریوسف عظیمی، جاوید احمد، اور ڈاکٹر مختار نے حاضرین سے خطاب کیا، نظامت کے فرائض شوکت علی نے انجام دیے، آخر میں اجتماعی دعا ہوئی اور حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت اقدس میں ہدیہ صلوة و سلام پیش کیا گیا۔ قبل ازیں اس محفل میں تلاوت قرآن پاک اور ہدیہ نعت پیش کی گئی۔ اس کے بعد اراکین سلسلہ عظیمیہ حضرت لعل شہباز قلندر کے مزار پر حاضر ہوئے۔ سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی جانب سے ہدیہ پیش کیا اور حضرت لعل شہباز قلندر کی بلندی درجات کے لیے دعا ہوئی۔

حضرت عثمان مروندی المعروف لعل شہباز قلندر عالم اسلام کے صوفی بزرگوں میں بہت ممتاز مقام کے حامل ہیں، حضرت لعل شہباز قلندر جس دور میں سندھ کے علاقے سیہون میں توحید کی دعوت اور مخلوق خدا کی خدمت میں مصروف تھے، اسی دور میں ملتان میں حضرت بہاء الدین زکریا ملتانی اور پاکستان میں حضرت بابا فرید گنج شکر دین اسلام کی روشنی پھیلانے میں مصروف تھے۔ برصغیر کے علاوہ عالم اسلام کے دیگر خطوں میں بھی حضرت لعل شہباز قلندر کے معتقدین موجود ہیں۔



حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی، حضرت لعل شہباز قلندر کے مزار کے لیے چادر پیش کر رہے ہیں۔



اس زیارت میں
کراچی سے زائرین کا
ایک بڑا قافلہ سیہون
شریف پہنچا حیدرآباد،
ڈگری، میرپور خاص،
ٹنڈوالہہ یار، نواب شاہ،
ساگھڑ، لاڑکانہ اور
قریب وجوار کے دیگر
شہروں سے بھی
اراکین سلسلہ عظیمیہ

شوکت علی، ڈاکٹر مختار، محمد جاوید اور بنسید چشتی حاضریں
محفل سے مخاطب ہیں۔

نے اعز اواحباب کے ساتھ شرکت کی۔

اس زیارت کے لیے مراقبہ ہال ڈگری کے نگراں
غلام مصطفیٰ اور دیگر اراکین سلسلہ کی جانب سے بہت
اچھے انتظامات کیے گئے تھے۔

مراقبہ ہال میں شہباز میں ایندہ آپا کی جانب سے
کراچی کے زائرین کے لیے مشایخ کا اہتمام کیا گیا۔



شرکاء خواتین و حضرات





صوفی بزرگ خواجہ شمس الدین عظیمی کی زیر اداوت

ماہنامہ قلم و کراچی

قلمدر شعور

روحانی علوم سے دلچسپی اور اعلیٰ علمی ذوق رکھنے والے اساتذہ، دانشوروں اور خواتین و حضرات کے لیے ہماری ایک اور علمی پیش کش

ایڈیٹر: حکیم سلام عارف عظیمی

ماہنامہ قلمدر شعور میں آپ کے خواب، ان کی تعبیر، تجزیہ

اور مشورہ، سائنسی، علمی، ادبی، سماجی، آسمانی علوم

اور Ph.D کے مقالہ جات شائع ہو رہے ہیں۔

تازہ شمارہ منگوانے کے لیے بذریعہ فون یا خط رابطہ کریں۔

فون نمبر: 021-36912020

پتہ: B-54 سیکٹر C-4 سر جانی ٹاؤن، کراچی



رُومانی ڈاکٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی



حکم عدولی یا وظیفہ کی رجعت

☆ ☆ ☆ ☆ ☆

سوال: میرے شوہر بہت مہارت گزار ہیں۔ وہ ہر وقت مختلف وظائف، اوراد میں مشغول رہتے ہیں۔ انہیں مراقبہ میں کافی مشاہدات ہوتے تھے۔ مختلف لوگوں کے بارے میں انہوں نے کئی باتیں بطور اطلاع بیان کیں جن کی ان لوگوں نے تصدیق کی۔

بے شمار لوگ اپنے مسائل کے لیے دعا کروانے ان کے پاس آتے تھے۔

چند سال پہلے میرے شوہر کو ایک صاحب ملے۔ انہوں نے کہا کہ تم مجھ سے بیعت ہو جاؤ تو تمہاری روحانیت کو استحکام مل جائے گا۔ میرے شوہر ان صاحب سے بیعت ہو گئے۔

ان صاحب نے میرے شوہر کو مزید وظائف کرنے کا کہا۔ میرے شوہر کہتے ہیں کہ ان کے بیعت صاحب کے دیئے ہوئے وظائف سے ان کی روحانی صلاحیتوں میں بہت اضافہ ہوا۔

کچھ عرصہ بعد ان کے بیعت صاحب نے اپنی اکلوتی طلاق یافتہ بیٹی کا رشتہ میرے شوہر سے طے کر دیا اور انہیں حکم دیا کہ وہ اس پر عمل کریں۔

مجھے اور میری ساس اور سسر کو بیعت صاحب کی یہ بات سمجھ نہ آئی۔ شوہر کے بہن بھائی بھی ان کے سخت خلاف ہو گئے۔ اس معاملہ میں سب سے زیادہ میری ساس نے اپنے بیٹے کو تنقید کا نشانہ بنایا اور انہیں دھمکیاں بھی دیں۔ مقصد صرف بیٹے کا دوسری شادی کرنے سے باز رکھنا ہی تھا۔

گھر کے تیش زادہ ماحول میں میری ساس کی طبیعت سخت خراب رہنے لگی۔ کبھی دل پکڑ کر بیٹھ جاتیں تو کبھی جسم پھولنے لگتا۔ کبھی غشی و کمزوری ہو جاتی۔ ڈاکٹر کو دکھایا تو کوئی خاص بیماری سامنے نہ آئی۔

میرے شوہر نے اپنی ماں سے کہا کہ آپ کی یہ کیفیات میرے بیعت صاحب کی مخالفت کا نتیجہ ہیں۔ آپ ان سے رجوع کریں۔ مرنے کیلئے کرتی کے مصداق

میری ساس ان پیر صاحب کے پاس گئیں۔ انہوں نے بتایا کہ تم پر تو سخت جادو کروادیا گیا ہے۔ ان سے علاج کے لیے کہا تو انہوں نے صاف انکار کر دیا۔

ماں کی حالت دیکھ کر بیٹے کے دل میں بھی نرمی و محبت آگئی۔ میرے شوہر نے اپنے پیر صاحب سے اپنی ماں کا علاج کرنے کا کہا تو پیر صاحب نے کہا کہ پہلے میرا حکم مانو..... پھر دیکھتے ہیں....

میرے شوہر نے کہا کہ میری ماں سخت بیمار ہیں آپ پہلے میری ماں کا علاج کر دیں لیکن شوہر کے پیر صاحب نے سختی سے انکار کر دیا اور کہا کہ اب کچھ نہیں ہو سکتا۔ شادی تو تمہیں کرنی ہی ہوگئی۔ اس پر میرے شوہر نے ان صاحب سے بیعت توڑ دی۔

بیعت توڑنے کے کچھ عرصہ بعد ہی میری ساس ٹھیک ہونے لگی لیکن اب میرے شوہر اکثر بیمار رہنے لگے۔

میرے شوہر کو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ ان کا دل سچ میں سے چنچ رہا ہے۔ ان کے سر میں شدید درد رہتا ہے۔ مختلف خوفناک جانوروں کی شکلیں انہیں ڈراتی ہیں۔ شوہر کو محسوس ہوتا ہے کہ ان کے پورے وجود میں آگ بھڑکی گئی ہے۔ وہ سارا دن ساری رات بے چین رہتے ہیں۔

ان کیفیات کو تین سال ہوئے ہیں۔ مختلف علاج کر دائے لیکن افاق نہ ہوا۔ کاروبار بھی ختم ہونے کو آگیا ہے۔ تنگ دستی، ذہنی خلفشار کا سامنا ہے۔ میرے شوہر پہلے جیسے نہ رہے۔ مجھے کوئے دیتے ہیں۔ مغفلات کہتے ہیں۔ اپنی ماں کو بھی اپنی اس حالت کا قصور قرار دیتے ہیں۔

میرے شوہر کا کہنا ہے کہ انہیں اپنے پیر صاحب

کی حکم عدولی اور بیعت توڑنے کی سزا مل رہی ہے۔

جواب: روحانی سلاسل میں بیعت کا ایک باقاعدہ نظام موجود ہے جو قانون اور ضابطوں کے تحت کام کرتا ہے۔ کسی غیر مجاز شخص کے ہاتھ پر بیعت کی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ آپ کے شوہر نے جن صاحب سے بیعت کی وہ تو خود کسی مجاز ہستی کے ہاتھ پر بیعت نہ تھے۔ وہ دوسروں کی بیعت کرنے کے مجاز ہی نہیں لہذا یہ بیعت ہوئی ہی نہیں۔

میرا خیال ہے کہ آپ کے شوہر کی موجودہ کیفیات کثرتِ درد و غنائف کی وجہ سے ہیں۔ غنائف کی رجعت یا زیا دتی ہو گئی ہے۔

کہا جاتا ہے کہ درد و غنائف کسی روحانی استاد کی اجازت و نگرانی میں کرنا چاہیے۔ روحانی استاد اپنے شاگرد کی صلاحیت اور سکت کے مطابق غنائف اور مختلف مشقیں تجویز کرتے ہیں۔

بہتر ہو گا کہ اپنے شوہر کو ہر وقت کے غنائف ترک کرنے پر آمادہ کریں۔

انہیں کہیے کہ وہ پانچ وقت نماز پابندی سے قائم کریں اور روزانہ صبح قرآن پاک کی تلاوت کریں۔ اس کے علاوہ کوئی درد و غنائف فی الحال نہ کریں۔ اس بات کا خیال رکھیں کہ ان کی نیند سات گھنٹوں سے زیادہ رہے۔

گھر تھراپی کے اصولوں کے مطابق نیلی شعاعوں میں تیار کردہ ایک ایک پیالی پانی صبح شام شوہر کو پلائیں۔ صبح شام ایک ایک فی اسپون شہد کا استعمال بھی مفید رہے گا۔

انہیں روزانہ یا ہفتہ میں دو تین بار گھر سے باہر گھمانے بھی لے جایا کریں۔

عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(ذوالفقار احمد.... کراچی)

میری شادی کو چھ۔ ال ہو گئے ہیں۔ اس عرصے میں اللہ تعالیٰ نے ایک بیٹا اور ایک بیٹی سے نوازا۔ میری اہلیہ اپنے بچوں کے بارے میں میں بہت حساس ہیں، ایک لمبے کے لیے بچوں کو نظروں سے اوجھل ہونے نہیں دیتیں۔ بچوں کے بارے میں شدید حساسیت نے انہیں وہی بنادیا۔ انہیں ہر وقت یہ خیال دامن گیر رہنے لگا کہ بیٹے اور بیٹی کو جراثیم بیمار نہ کر دیں۔ وہ بچوں کے کپڑے کئی کئی مرتبہ گرم پانی سے دھو تیں ہیں۔ میں نے شروع میں اہلیہ کی حرکات کو نظر انداز کر دیا لیکن شک و ہم اور دوسو سے میں اضافہ دیکھ کر نفسیاتی ڈاکٹر سے علاج بھی کروایا۔ وقتی آرام آیا پھر وہی کیفیات ہو گئیں۔ ایک رشتہ دار کے مشورے پر میں نے عظیمی ریکی سینٹر سے رابطہ کیا۔ عظیمی ریکی سینٹر میں ریکی کے چند سیشن لینے کے بعد کافی افات محسوس ہو رہا ہے۔

ہے۔ اللہ اللہ کر کے ساتویں مہینے بیٹی کی پیدائش ہوئی تو وہ بہت کمزور تھی۔ ساتویں روز اس کا انتقال ہو گیا۔ ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ آپ دونوں ٹیسٹ کزن ہیں اس وجہ سے یہ پرالیم ہو رہی ہے۔

میرا ذہن اس بات کو ماننے کے لیے تیار نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ نے جو بیٹی بنائی ہے تو اس کو پروان چڑھنے کے لیے صحت مند اولاد بھی ضرور عطا فرمائے گا۔ آپ مہربانی فرما کر ایسا عمل بتائیں کہ میری بہن کی گود صحت مند اولاد سے بھر جائے۔

جواب: ڈاکٹری علاج کے ساتھ ساتھ بطور روحانی علاج صبح شام اکیس اکیس مرتبہ سورہ مومنون (23) کی آیت 12 تا 14 تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر نیلی شعاعوں میں تیار کردہ ایک ایک پیالی پانی پر دم کر کے دونوں میاں بیوی پیئیں۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ بہت جلد آپ کے شوہر کی کیفیات نارمل ہو جائیں اور وہ اپنی ذمہ داریوں کو ٹھیک طرح ادا کرنے کے قابل ہوں۔ آمین۔ گود بھر جائے

☆ سوال: پانچ سال پہلے میری بڑی بہن کی شادی میرے چچا زادے ہوئی تھی۔ شادی کے دو ماہ بعد ہی بہن کو حمل ٹھہر گیا تھا لیکن آٹھویں مہینے میں حمل ضائع ہو گیا۔ ایک سال کے بعد دوبارہ حمل ٹھہرا۔ آٹھویں مہینے میں بیٹی پیدا ہوئی جو کہ ایک ہفتہ کے بعد فوت ہو گئی۔

ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق ایک سال احتیاط کے بعد بہن پھر امید سے ہو گئیں لیکن اس کے ساتھ ہی بہن کو شوگر بھی ہو گئی۔

ڈاکٹر نے حمل کے دوران بہن کے مختلف ٹیسٹ کئے تو پتا چلا کہ بچے کی دماغ کی گرد تھ نہیں ہو رہی

بہن کو کہیں وہ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسمائے الہیہ یا خَالِقُ یا مُصَوِّر کا ورد کرتی رہا کریں۔

ہر جمعرات کے دن کم از کم اکیس روپے خیرات کر دیں۔

حسب استطاعت صدقہ کر دیں۔

تنہا اور اداس ہوں

☆☆☆

سوال: والد صاحب کے انتقال کے بعد میں نے ان کے کاروبار کو سنبھالا تھا۔ اللہ نے بہت ترقی دی۔ آج اللہ تعالیٰ کا شکر ہے کہ میں جو چاہتا ہوں میرے سامنے حاضر ہو جاتا ہے لیکن اس کے باوجود میں اپنے آپ کو تنہا محسوس کرتا ہوں اور اداس رہتا ہوں۔ مختلف تقاریب میں لوگ ایک دوسرے سے محو گفتگو رہتے ہیں اور میں ایک کونے میں گم سم بیٹھا رہتا ہوں جبکہ میں اپنے کاروبار میں بہترین فیصلوں کی وجہ سے جانا پہچانا جاتا ہوں۔

گھر میں بھی اپنے آپ کو تنہا محسوس کرتا ہوں۔ والد صاحب نے میری حالت کو بھانپ لیا اور اس کا حل میری شادی کو قرار دیا۔

والدہ صاحبہ نے کہا میں نے تیرے لیے کئی لڑکیاں پسند کر رکھی ہیں۔

والدہ کے بار بار اصرار پر میں نے ایک لڑکی پسند کر لی ہے لیکن سوچتا ہوں شادی کے بعد بھی اگر میرے اندر سے تنہائی پسندی اور اداسی نہ گئی تو کیا ہو گا۔

جواب: دعا ہے کہ آپ کو ایسی اچھی بیوی ملے جو اپنی محبت، اخلاص اور ذہنی ہم آہنگی کے ذریعہ آپ کی زندگی میں ہر طرف خوشیاں

بکھیر دے۔ آمین

عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورہ آل عمران کی آیت 171 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کریں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس دن تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسم الہی یا حَبِیْبُ یا وَکِیْل کا ورد کرتے رہا کریں۔

کسی غریب بچے کی پڑھائی کی ذمہ داری اپنے ذمہ لے لیں اور اس تعلیمی کی مدد کرتے رہا کریں۔ اللہ کی مخلوق کی مدد کرنا رضائے خداوندی اور سکون کا باعث ہے۔

شیخ و فریبا

☆☆☆

سوال: میری شادی کو تین سال ہو گئے ہیں۔ شادی غیروں میں ہوئی ہے۔ میری بیوی شادی سے پہلے شیخ و فریبا کی مریضہ تھی جس کے بارے میں ہمیں نہیں بتایا گیا تھا۔ اُس وقت علاج سے وقتی طور پر بہتر ہوئی تھیں۔

شادی کے پہلے سال بیٹے کی پیدائش کے بعد سے یہ مرض دوبارہ سامنے آ گیا۔

میری اہلیہ ذرا سی بات بھی برداشت نہیں کر پاتی ہیں اور گھر کی چیز توڑ پھوڑ کرنا شروع کر دیتی ہیں۔ ڈاکٹری علاج چل رہا ہے۔ ڈاکٹر کہتے مرض بہت پرانا ہے ٹھیک ہونے میں عرصہ لگے گا۔

وقار عظمیٰ صاحب..... مجھے اپنے نومولود بیٹے کی بھی فکر ہے کہ کہیں غصے میں آکر اس کو کوئی نقصان نہ پہنچا دیں۔ آپ سے التماس ہے کہ کوئی روحانی علاج تجویز فرمادیں۔

روحانی علاج

جواب: ڈاکٹری علاج کے ساتھ ساتھ صبح شام اکتالیس مرتبہ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک ٹھیل اسپون شہد پر دم کر کے اہلیہ کو پلائیں۔ یہ عمل کم از کم دو یا تین ماہ تک جاری رکھیں۔ شام کے وقت پانچ مرتبہ سورہ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلائیں۔

ایک چھوٹے سے سفید کاغذ پر بلیک پوائنٹر سے بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لکھ کر تعویذ بنالیں اور موم جامد کر کے نیلے کپڑے میں سی کر پیگم کے گلے میں پہنا دیں۔ اپنی اہلیہ سے کہیں کہ وہ شہادت سے اسماء الہی یا حتی یا قیوم کا ورد کرتی رہا کریں۔

بہتر صحت

☆ ☆ ☆

سوال: میری تین بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے۔ بیٹا بہنوں سے بڑا ہے۔ میرے شوہر ملازمت کے سلسلے میں بیرون ملک رہتے ہیں۔

ایک سال پہلے ہم نے کم شفت کیا تھا۔ یہاں بیٹے کی کچھ خراب لڑکوں سے دوستی ہو گئی ہے۔ میں نے دو تین مرتبہ بیٹے کو سمجھایا بھی ہے لیکن ان نے میری بات نہیں مانی۔ کچھ عرصے بعد ہمارے گھر سے قیمتی چیزیں اور رقم غائب ہونے لگی۔ ایک دن چھوٹی بیٹی نے بھائی کو الماری سے پیسے نکالتے ہوئے دیکھا تو ہمیں پتہ چلا کہ گھر سے رقم کون غائب کر رہا ہے۔

بیٹے کی اس حرکت کا مجھے بہت صدمہ ہوا۔ میں نے سختی سے بات کی تو وہ بدتمیزی پر اتر آیا

اور انکار کرتے ہوئے غصہ میں گھر سے باہر چلا گیا۔ میں نے اب قیمتی چیزوں اور رقم کو جوری میں رکھنا شروع کر دیا۔ مجھے فکر ہے کہ اس طرح میرا بیٹا گھر میں تو چوری نہ کر سکے گا لیکن اگر اس نے باہر کہیں چوری کر لی اور پکڑا گیا تو کیا ہو گا۔

مجھے معلوم چلا ہے کہ اس کے نئے دوست دکانوں سے چوریاں کرتے ہیں۔ ان لڑکوں کے خراب عورتوں سے تعلقات بھی ہیں۔

کوئی وظیفہ بتائیں کہ میرے بیٹے کو بری صحبت سے نجات ملے۔

جواب: اپنے شوہر کو گھر کی تمام باتوں سے آگاہ رکھا کریں۔ آپ کے شوہر کو بھی اپنے سب بچوں سے رابطہ رکھنا چاہیے خصوصاً اس بیٹے کے ساتھ ان کا مسلسل رابطہ نہایت ضروری ہے۔

رات سوئے سے قبل اکیس مرتبہ سورہ بقرہ (2) کی آیت نمبر 168 کا آخری حصہ اور 169 کی پہلی آیت

وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمُ عَدُوٌّ مُّبِينٌ اَلَمْ يَأْمُرْكُمْ بِالْتَّوْبَةِ وَالْفَحْشَاءِ وَانْ تَقُولُوا عَلَى اللّٰهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں اور بری عادت و بری صحبت سے نجات کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک یا نوے روز تک جاری رکھیں۔

بند جگہ کا خوف

☆ ☆ ☆

سوال: میری عمر پینتالیس سال ہے۔ میرے چھ بچے ہیں۔ آخری بچے کی پیدائش آپریشن سے ہوئی

تھی۔ اس کے بعد سے مجھے بند جگہ سے خوف آنے لگا ہے۔ دل ڈوبتا ہوا محسوس ہوتا ہے اور میں فوراً کھلی جگہ کی طرف بھاگتی ہوں۔

سفر کے دوران کھڑکی کے پاس بیٹھتی ہوں۔ کسی کے گھر جاتی ہوں تو ان کے گھر میں وردازے کے پاس بیٹھتی ہوں۔ کچھ عرصہ بعد میرے شوہر مجھے عمرے پر لے جا رہے ہیں۔ میں بند جگہ پر زیادہ دیر نہیں رہ سکتی اس لیے ہوائی جہاز میں سفر کا سوچ کر ہی مجھے بہت زیادہ گھبراہٹ ہونے لگی ہے۔

مجھے مکہ مدینہ جانے کی بہت تڑپ ہے لیکن کیا کروں۔ مجھ نہیں آتا کہ انکار کروں یا پھر چلی جاؤں۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد اکتالیس مرتبہ سورہ حج (22) کی آیت نمبر 65 گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر اُم کر لیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

رات سونے سے پہلے درود شریف سو مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر اُم کر لیں۔

جب روانگی کا وقت ہو تو جہاز میں سوار ہونے سے پہلے اللہ تعالیٰ کے اسم باریک کا ورد شروع کر دیں۔
یَا بَارِئُ کا ورد جہاز میں بھی کرتی رہیں۔
ماں سے نہیں ملتا ورنہ....

☆☆☆☆ سوال: میری شادی خالہ زاد سے ہوئی ہے۔ ہم دونوں پڑھے لکھے ہیں اور سلجھے ذہن کے ہیں لیکن ہم دونوں کی ماؤں کی چپقلش نے ہم دونوں میاں بیوی میں دوری پیدا کر دی ہے۔

میری والدہ اور میری خالہ میں کبھی نہ بنی۔ بچپن

سے ہی دونوں بہنیں آپس میں مخالفانہ رویہ رکھتی تھیں۔ میرے نانا اور نانی نے اس موقع پر کہ دونوں بہنوں میں باہم محبت و سلوک ہو جائے ہم دونوں کی شادی کروادی۔

شادی کے چند ماہ تو دونوں بہنوں میں بہت محبت رہی۔ ایک دوسرے کا لحاظ رکھنا لیکن اب پھر پرانے والی ڈگر پر آگئیں۔ میرے نانا نے میرے شوہر اور مجھ سے کہا کہ اگر یہ بہنیں دوبارہ سے لڑائی جھگڑے میں پڑ جائیں تو تم دونوں خود کو ان جھگڑوں سے الگ رکھنا لیکن میرے شوہر نے کچھ عرصہ بعد ہی وہی کیا جو اس کی ماں نے کہا تھا۔ میں نے وہ نہ کیا جو میری ماں نے کہا۔

اب میرے شوہر نے اپنی ماں کے کہنے پر میرے سینے جانے پر پابندی عائد کر دی ہے۔ وہ میری ماں کو بھی مجھ سے ملنے نہیں دیتے۔ میرے شوہر اور ساس کا کہنا ہے کہ ماں سے نہیں ملنا ورنہ تمہیں فارغ کر دیں گے۔

میری ماں نے اپنی چھوٹی بہن سے معافی بھی مانگی لیکن میری ساس یعنی خالہ رضامند نہیں ہوتیں۔ چھ ماہ ہو گئے ہیں مجھے اپنی ماں سے ملے ہوئے۔

جواب: رات سونے سے پہلے اکیس مرتبہ سورہ لہب گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر اور خالہ کا تصور کر کے دم کر دیں اور ان کی طرز فکر میں اصلاح اور رویہ میں بہتری کے لیے دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

مکان پر سفلی عمل

☆☆☆☆

سوال: بیرون ملک قیام کے بعد ہم میں سال بعد

روکال ٹائمز

ہے۔ اب مکان بیچنے کی بات کی لیکن کوئی کم قیمت میں بھی گاگ نہیں مل رہا۔

ڈاکٹر وقار عظیمی صاحب! اس مکان کے پرانے مالک نے ہمارے ساتھ دھوکہ کیا ہے۔ آپ بتائیں کہ اب ہم کیا کریں۔

جواب: قرآن پاک کی سورۃ الزلزال (99) ایک سفید کاغذ پر سیاہ روشنائی سے لکھوا کر پرنٹ نکلوا کر فریم کروالیں یا پلاسٹک کوٹنگ کروالیں اور اسے مکان کے دروازے کی دیوار پر کسی بلند جگہ پر آویزاں کرویں۔ یہ فریم ایسا جگہ آویزاں کیا جائے جہاں آتے جاتے اس پر نظر پڑتی رہے۔

عصر مغرب کے درمیان کہیں مرتبہ
أَعُوذُ بِاللّٰهِ الثَّامَّةَ ، مِنْ كُلِّ غِيظَانٍ وَهَامَّةٍ ،
وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَا مَمَّةَ ،
أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ الثَّامَاتِ النَّبِيِّ لَا يُجَارُ مِنْ بَرٍّ
لَا فَاجِرٍ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ
وَمَا نَزَّ أَوْ ذَرَّ أَمِنْ شَرِّ مَا يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ
وَمِنْ شَرِّ مَا يَخْرُجُ فِيهَا
مِنْ شَرِّ لَمَّا خَلَّ فِي الْأَرْضِ وَمِنْ شَرِّ مَا
يَخْرُجُ فِيهَا وَمِنْ شَرِّ قَتَنِ النَّيْلِ وَالنَّهَارِ
مِنْ شَرِّ ظَوَارِقِ النَّيْلِ وَالنَّهَارِ إِلَّا ظَارِقٌ يَطْرُقُ
بِخَيْرٍ يَا رَحْمَنُ

سات سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر دیں اور مکان کے چاروں اطراف میں بھی دم کرویں۔ یہ دم کیا ہوا پانی مختلف کمروں میں اور مکان کے چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

مکان میں کم از کم گیارہ دن تک ایک وقت مقررہ

پاکستان واپس آئے۔ میں اپنے بچوں اور شوہر کے ہمراہ کچھ عرصہ اپنی والدہ کے پاس رہی۔ میرے شوہر نے یہاں ایک پوش علاقے میں مکان خریدا اور ہم وہاں شفٹ ہو گئے۔ اس نئے مکان میں شفٹ ہوئے ابھی تین ماہ ہی گزرے تھے کہ شام کے وقت طبیعت اور ماحول میں عجیب سا تناؤ، گھٹن محسوس ہونے لگا۔

اس کے چند دن بعد گھر کے تمام افراد کے سر میں شام کے وقت درد ہونے لگا۔ اکثر ڈرائنگ روم و کمر روم میں بڑے بڑے بالوں کے گچھے ہوا میں اڑتے ہوئے نظر آتے ہیں۔ کبھی کبھی کسی سڑے ہوئے گوشت کی ناقابل برداشت بو محسوس ہوتی ہے۔ میرے شوہر جو بہت نرم مزاج و تحمل دربار تھے بہت غصہ کرنے لگے ہیں۔

بچوں پر کبھی ہاتھ نہ اٹھانے والا باپ اب اکثر بچوں کو مارنے لگا ہے۔

مجھ سے بھی آئے دن تکرار، بحث، لڑائی کرنے لگے ہیں۔ بھی کبھی تھپڑ بھی مار دیتے ہیں۔

وہ کہتے ہیں ایسا کیوں ہو رہا ہے میں نہیں جانتا لیکن بس تمہیں اور بچوں کو دیکھتا ہوں تو خود پر قابو نہیں رکھ پاتا۔ غصہ سے بے قابو ہو جاتا ہوں جبکہ آفس میں تم اور بچے بہت یاد آتے ہیں۔

مجھے بھی ڈراؤنے خواب آنے لگے ہیں۔ میرے شوہر نے دو تین لوگوں کو لا کر مکان دکھایا تو سب نے کہا کہ اس زمین پر سفلی عمل کرایا گیا ہے۔ ایک صاحب نے بتایا کہ یہ سفلی عمل آج سے پندرہ سال پہلے کیا گیا ہے اور مزید پندرہ سال تک اس کے اثرات رہیں گے۔ بہتر ہے کہ آپ یہ مکان چھوڑ دیں۔

میرے شوہر نے میٹھے داموں میں یہ مکان خریدا

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ ناغہ
کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔
حسب استطاعت صدقہ کر دیں۔

پانچ بھائیوں کی اکلوتی بہن

☆☆☆

سوال: میری بیٹی کی عمر اٹھائیس سال ہو گئی
ہے۔ وہ پانچ بھائیوں کی اکلوتی بہن ہے۔ ماشاء اللہ
خوبصورت اور امور خانہ داری میں ماہر ہے۔ اس کا رشتہ
ابھی تک طے نہیں ہوا۔

شروع میں چند رشتے آئے تھے۔ ایک رشتہ تو
بھائیوں نے منع کر دیا تھا۔ دوسرا رشتہ لڑکے والوں نے
یہ کہہ کر منع کر دیا کہ ہمیں چھوٹی فیملی میں
شادی کرنی ہے۔

اس کے بعد سے آج تک کوئی رشتہ نہیں آیا۔ میں
ماں ہوں بیٹی کے جذبات سمجھتی ہوں لیکن کچھ
کر نہیں سکتی۔

دو تین جاننے والیوں نے کہا کہ ایسا لگتا ہے کہ آپ
کی بیٹی کی شادی میں بندش ہے جب ہی ابھی تک کوئی
سبب نہیں بنا رہا ہے۔ مجھے ان باتوں پر اعتبار
نہیں ہے۔ مجھے اللہ کی ذات پر بھروسہ ہے وہی میری
مدد کرنے والا ہے۔ آپ سے گزارش ہے کہ کوئی دعا
بتائیں کہ میری بیٹی کی شادی جلد از جلد ہو جائے اور
وہ خوش رہے۔

جواب: آپ ہر نماز کے بعد اکیس مرتبہ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

يَا حَافِظُ يَا وَكِيلُ يَا قَرِيبُ يَا اللّٰهَ

وَصَلِّ اللّٰهُ عَلٰی خَدِیْرِ خَلْقِهِ

مُحَمَّدٍ وَاٰلِهِ اَجْمَعِیْنَ ۝

درودِ نوافل

پر پابندی کے ساتھ لوہان کی دھوئی دی جائے۔
سب گھر والوں کو صبح اور شام کے وقت ایک ایک
فیمل اسپون شہد پینے کے لیے کہیں۔ کھانوں میں نمک
کا استعمال کم سے کم رکھیں۔

سب گھر والے وضو بے وضو کثرت سے یا مَوْمِنُ
يَا حَفِیْظُ یا سَلَامُ کا ورد کرتے رہیں۔
حسب استطاعت صدقہ کرتے رہیں۔

رشتے تو آتے ہیں، بات نہیں بنتی

☆☆☆

سوال: میری عمر ستائیس سال ہے۔ میں
پرائیویٹ ادارے میں اعلیٰ عہدہ پر کام کرتی ہوں۔
میرے رشتے تو بہت آتے ہیں لیکن بات نہیں
بنتی۔ کبھی لڑکے والوں کی طرف سے منع ہو جاتا ہے
تو کبھی ہماری سمجھ میں نہیں آتا۔

شادی میں تاخیر کی وجہ سے میری والدہ اور میں
غور بھی ڈپریشن میں رہنے لگی ہوں۔ اکثر آفس کے
معاملات منسوب ہو جاتے ہیں۔

آخر کہا جاتا ہے کہ درجنوں رشتے آنے کے باوجود
بات پکی نہیں ہوتی۔ میں جتنا سوچتی ہوں میرا ذہن اتنا
ہی الجھ جاتا ہے۔ اب تو میں نے شادی نہ کرنے کا فیصلہ
کر لیا ہے لیکن والدہ کے اصرار پر لڑکے والوں کے
سامنے جانا پڑ جاتا ہے۔

جواب: عشاء کی نماز ادا کرنے کے بعد کچھ دیر
جاہ نماز پر بیٹھ کر درود شریف کا ورد کرتی رہیں۔ اس کے
بعد چند منٹ تک جاہ نماز پر خاموش بیٹھی رہیں۔ کچھ دیر
بعد ایک سو ایک مرتبہ سورہ المؤمن (40) کی آیت
نمبر 55 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر
اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔

سات سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔
 بیٹی شام کے وقت پانچ مرتبہ سورہ قلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیں یا آپ پڑھ کر دم کر کے پلا دیں۔
 یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔
 حسب استطاعت صدقہ کرتی رہیں۔
 اعلیٰ تعلیم کی خواہش لیکن....

☆ ☆ ☆
 سوال: میں چھ سال کا تھا جب میرے والد صاحب کا انتقال ہوا تھا۔ میری پرورش نخیال میں ہوئی ہے۔ ماموں نے اسکول میں داخل کروا دیا تھا۔ اسکول میں جب بچے اپنے ابو کے ساتھ آتے تھے تو میں انہیں دیکھ کر اداس ہو جاتا تھا کہ کاش میرے ابو ہوتے تو وہ بھی مجھے اپنے ساتھ اسکول لے کر آتے۔
 اس کی ان کیفیات میں میری تعلیم جاری رہی اور میں نے اے گریڈ سے میٹرک کر لیا۔
 وقت آنکل! میں اعلیٰ تعلیم حاصل کرنا چاہتا ہوں۔
 میری خواہش ہے کہ میں کمینیکل انجینئر بنوں۔ شاید اس طرح میں اپنی محرومیوں کا ازالہ کر سکوں۔ ماموں کے معاشی حالات اتنے اچھے نہیں ہیں کہ میں اپنی اعلیٰ تعلیم جاری رکھ سکوں۔

فی الحال تعلیم کے حصول کے لیے مالی دشواریوں کا سامنا ہے۔ میری والدہ ایک اسکول میں جاب کرتی ہیں اس سے اعلیٰ تعلیمی اخراجات کا پورا ہونا ممکن نہیں ہے۔ میں اپنے مستقبل سے بہت مایوس ہوتا جا رہا ہوں۔

آپ سے خصوصی طور پر دعا کی درخواست ہے کہ اللہ تعالیٰ مجھے میرے مقصد میں کامیابی و کامرانی عطا

فرمائے اور مہربانی فرما کر مجھے کوئی ورد یا اسم بتائیں۔
 جواب: اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کو اپنے مقصد میں کامیابی کے لیے سہولت اور خیر و عافیت عطا ہو۔

عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورہ طلاق 65 کی آیت نمبر 2 کا آخری حصہ اور تیسری آیت
 وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

رات سونے سے پہلے 101 مرتبہ درود شریف پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں۔
 چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسمائے الٰہیہ یا سحر یا قیومہ کا ورد کرتے رہا کریں۔

اسمِ سبح کی دعائیں آپ کے ساتھ ہیں۔
 پڑھائی سے بے زاری

☆ ☆ ☆
 سوال: میرا بیٹا جس کی عمر تیرہ سال ہے۔ پانچویں جماعت میں پڑھتا ہے۔ کچھ عرصہ سے اس کا رجحان پڑھائی کی طرف سے کم ہو گیا ہے۔ پڑھنے بیٹھتا ہے تو بے دلی کے ساتھ۔ پڑھائی کے دوران بھی اس کا ذہن دوسرے کاموں کی طرف مشغول رہتا ہے۔

جواب: صبح شام اکیس اکیس مرتبہ
 اللَّهُمَّ افْتَحْ عَلَيْنَا حِكْمَتَكَ وَانْشُرْ عَلَيْنَا رَحْمَتَكَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

سورہ بقرہ (2) کی آیت نمبر 115 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر والد صاحب کے مزاج میں شفقت و نرمی غالب آنے کی دعا کریں۔ تین ماہ تک یہ عمل جاری رکھیں۔

والدہ سے کہیں کہ صبح نہار منہ اکیس مرتبہ سورہ الفرقان (25) کی آیت نمبر 63 تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی یا دودھ پر دم کر کے پلائیں۔

یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

آپ کی والدہ محترمہ چلتے پھرتے وضو بے وضو

کثرت سے یاروف یا ریحیض کا ورد کرتی رہیں۔

ڈاکٹر سے رجوع کریں

☆ ☆ ☆

سوال: میری عمر اٹھاون سال ہے۔ چند مہینوں سے مجھے رات کے وقت اچانک گھبراہٹ ہونے لگتی ہے۔ ہاتھ پاؤں سے جان نکلنے لگتی ہے اور دل کے مقام پر عجیب بوجھ سا محسوس ہوتا ہے۔

میں صاحب علم سے پوچھا تو انہوں نے کہا کہ مجھ پر تعویذ کئے گئے ہیں اور کسی ایسے آدمی نے کرائے ہیں جس کا نام الف، بین، کاف، یا نے سے آتا ہے۔ میرے گھر میں اور خاندان میں ان حروف کے دو افراد ہیں اور وہ دونوں ہی میرے بہت مخالف ہیں۔

پہلے تو مجھے اس بات پر یقین نہیں آیا مگر اب یہ بات سچ لگتی ہے۔

جواب: میں سمجھتا ہوں کہ آپ کو بتائی جانے والی بات بالکل غلط ہے۔ آپ پر کوئی تعویذ نہیں کروائے گئے۔ آپ کی علامات طبی نوعیت کی ہیں۔

آپ فوری طور پر ڈاکٹر سے رجوع کریں۔ ممکن

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک چھپے شہد پر دم کر کے پلائیں اور اپنے بیٹے کے اوپر بھی دم کر دیں اور پڑھائی میں یکسوئی اور دل لگنے کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

والد سخت مزاج ہیں۔۔۔

☆ ☆ ☆

سوال: میرے والد صاحب پورے خاندان میں سخت مزاج مشہور ہیں۔ گھر میں والد صاحب کی موجودگی میں ہم بہن بھائی سب سے ہونے اور کسی کو نہ میں دیکھ رہے ہیں۔

والد صاحب اکثر رشتہ داروں سے یہ بات بڑے فخر سے بیان کرتے ہیں کہ میں جب گھر میں ہوتا ہوں تو پورے گھر میں سناٹا چھا جاتا ہے۔

گھر کے کسی فرد میں اتنی جرات نہیں کہ وہ والد صاحب کی موجودگی میں اونچی آواز میں بات کرے۔ والد صاحب گھر میں نہ ہوں تو ہم خوب ادھم مچاتے ہیں۔ جب اپنے چچا اور ماموں کو دیکھتے ہیں کہ وہ اپنے بچوں کے ساتھ پیار و محبت سے باتیں کرتے ہیں، ان کو باہر گھومنے لے جاتے ہیں تو ہمیں بہت کمی کا احساس ہوتا ہے۔ کبھی ہماری والدہ نے والد کے سخت لہجے پر اعتراض کیا تو انہیں بھی سخت رویے کا سامنا کرنا۔

ہمارے والد ہمارے اہل طبع کا خیال دیکھتے ہیں۔ آج تک کسی چیز کی کمی نہیں آنے دی۔ کازنی کے ساتھ ڈرائیور بھی دے رکھا ہے۔ تعلیم کے سلسلے میں اخراجات ہیں وہ کھلے دل سے کرتے ہیں۔ باہر گھومنے پھرنے پر بھی کوئی پابندی نہیں ہے مگر گھر میں ان کے سخت رویوں کی وجہ سے ہمیں سخت ذہنی دباؤ ہوتا ہے۔

جواب: رات سونے سے پہلے آکٹالیس مرتبہ

درود شریف

ہے کہ وہ آپ کا ای۔ سی۔ جی۔ بھی کروائیں۔ ڈاکٹر کے مشورے پر پابندی سے عمل کریں۔

صبح شام ایک ایک ٹیبل اسپون شہد اکیس مرتبہ سورہ آل عمران کی آیت نمبر 2 تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم کر کے پئیں۔

اس کے علاوہ کلر تھراپی کے اصولوں پر تیار کردہ نارنجی شعاعوں کا پانی کھانے سے پہلے، زرد شعاعوں کا پانی کھانے کے بعد دو دو اونس پئیں۔

کھانوں میں دو ماہ تک چکنائی کی جگہ روغن زیتون استعمال کریں۔ ہر جمعہ کے دن ایک آدمی کو کھانا کھلائیں۔

خاندان کے جن لوگوں کے بارے میں آپ کے دل میں شکوک شبہات پیدا ہوئے ہیں وہ قطعی بے بنیاد ہیں۔ اس بدگمانی پر آپ کو اللہ تعالیٰ سے متغافل کرنا چاہیے۔

مراقبہ سے علاج

سوال: مجھے مہینوں سے میرے دماغ پر عجیب قسم کا دباؤ رہنے لگا ہے۔ اگر کوئی تیز آواز میں بات کرتا ہے تو برداشت سے باہر ہونے لگتا ہوں اور مجھے غصہ آجاتا ہے۔ دماغ پر دباؤ کی وجہ سے کام ٹھیک سے نہیں کیا جاتا اور جلد ہی طبیعت آگیا جاتی ہے۔ اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ دن میں جو کچھ کرتا ہوں رات کو اتنی کے متعلق خواب آتے ہیں۔ خواب میں بھی دماغ پر دباؤ محسوس ہوتا ہے۔

برائے کرم مراقبہ تھراپی کے اصولوں کے مطابق میرے مسئلہ کا کوئی حل تجویز کریں۔

جواب: روزانہ صبح سورنی ننگے سے پیسے آلتی پالتی

مار کر شمال رخ بیٹھ جائیں۔ جب سینہ سانس سے بھر جائے تو یہ تصور کریں کہ نیلا رنگ جسم میں جذب ہوا ہے پھر آہستہ آہستہ سانس باہر نکال دیں۔

یہ عمل پہلے دن 7 بار سے شروع کریں پھر بتدریج 21 مرتبہ تک لے جائیں۔

اس کے علاوہ کلر تھراپی کے اصولوں کے مطابق نیلے رنگ کی شعاعوں میں تیار کردہ پانی صبح دوپہر شام ایک ایک کپ پی لیں۔

پودے پھول شعور رکھتے ہیں

سوال: ڈاکٹر صاحب! میرے ایک دوست کو پھول پھلواڑی کا بہت شوق ہے۔ اس کے گھر میں ہر طرف مختلف قسم کے درخت اور پودے موجود ہیں۔ میرے دوست کا کہنا ہے کہ پودوں کو بھی سخت قسم کی نظر لگتی ہے۔ میں اس کی اس بات سے متفق نہیں۔ اس آپ سے پوچھنا چاہتا ہوں کہ کیا واقعی پودے بھی کسی کی نظر بد سے متاثر ہو سکتے ہیں۔

جواب: نظر بد سے انکار نہیں کیا جاسکتا۔ نظر بد سے انسان، پالنے والے جانور، پرندے، پودے، پھل دار درخت، لہلہائی فصلیں بھی متاثر ہو سکتی ہیں لیکن ایسا اکثر نہیں ہوتا۔

اللہ کی ہر تخلیق جن میں حیوانات، نباتات، جمادات اور دیگر مخلوقات شامل ہیں، شعور رکھتی ہیں۔ درخت اور پودے آپس میں تبادلہ خیال بھی کرتے ہیں۔

درختوں، پودوں کی دیکھ بھال کرنا اللہ کی مخلوق کی خدمت کے زمرے میں شمار ہوتا ہے۔ جب کوئی شخص ان مخلوق کے ساتھ حسن سلوک سے پیش آتا ہے تو وہ

....مختصر مختصر....

معاشی خوشحالی

محمد عالم۔ عائشہ۔ ظفر۔ رخصانہ نرہت

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورہ

آل عمران کی آیت 37 کا آخری حصہ

إِنَّ اللَّهَ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ O

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر کچھ دیر

آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور یہ تصور کریں کہ اللہ پاک

آپ کے بہت قریب ہیں۔ یہ احساس چاہے کس قدر ہلکا

ہی کیوں ہے تو پیدا ہو جائے تو مسجد میں جا کر گزرا کر اپنی

پریشانیوں اللہ تعالیٰ کے حضور بیان کریں۔

یہ عمل چالیس روز تک پابندی سے کریں۔ خواہ تین

ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

غصہ سے نجات

مقصود۔ صائمہ۔ ارسلان۔ روشن۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ

یَا رَوْفُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ اس کا ورد

کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔



روحانی فون سروس

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی

روحانی فون سروس

کراچی 021-36688931, 021-36685469

اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

روحانی فون سروس

ایسے لوگوں سے خوش ہوتے ہیں۔ ایسے حسن سلوک کرنے والے افراد اور ان درختوں پودوں کے درمیان نظر نہ آنے والا دوست کا رشتہ قائم ہو جاتا ہے۔

پودوں کے ساتھ خوشگوار انداز میں باتیں کی

جائے اور انہیں یہ باور کرایا جائے کہ آپ ان کا بہت

زیادہ خیال رکھتے رہیں گے۔ ان تسلی بخش باتوں کا اچھا

اثر قبول کرتے ہوئے پودوں کی نشوونما، خوبصورتی

ونگھار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

ضدی شوہر اور بیٹے کا مستقبل

www.ubdumovies.net

سوال: میرا بیٹا بیرون ملک پڑھائی کے لیے جاتا

چاہتا ہے۔ وہ قابل بھی ہے اور ذہن بھی لیکن میرے

شوہر کو نبھانے کس بات کی ضد ہے کہ وہ راضی نہیں

ہوتے حالانکہ ہمارے پاس پیسوں کی کوئی

کمی نہیں ہے۔

میرے بیٹے نے کئی ملکوں کی یونیورسٹیوں میں

اپلائی کیا ہوا تھا۔ اب ایک یونیورسٹی سے جواب آیا

ہے۔ میں نے جب اس کا اپنے شوہر کو بتایا تو انہوں نے

سخت ناپسندیدگی کا اظہار کیا اور کہنے لگے کہ یہ سب تمہارا

سیکھایا ہوا ہے۔

باپ کے انکار پر بیٹا بہت اچھا بیٹ ہو گیا۔ کوئی

وفاقہ بتائیں کہ میرے شوہر اپنی ضد چھوڑ دیں۔

رات سونے سے پہلے ایک سو ایک مرتبہ سورہ

انعام (6) کی آیت نمبر 54 گیارہ گیارہ مرتبہ درود

شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کر کے دم

کر دیں اور اللہ سے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس

روز تک جاری رکھیں۔ ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں

پورے کر لیں۔